ئامۆژگاریە ئاڵتوونیەکان

بۆ بەختەوەربوونی

ژن و مێرد



- نهێنی و ئامانجەکانی ژیانی هاوسەرگیری.
- هاوبەشی ژیانت ماوەی خوازبێنی کردن.
- (چریەبەك) لە پەیوەندی سێکسی.
- تێربونی هەست و سۆز لەگەل ڕاپەراندنی ئەرکەکان.
- نهێنیەکانی شەوی بوکێنی.
- وێنەکانی پەیوەندی ژن و مێرد.
- گرفت و چارەسەریەکان.



ن/ د. سعد رياض

و/ صديق محسن

یەکەم چاپ
هەولێر 2011

ئامۆژگاریە ئاڵتوونیەکان
بۆ بەختەوەربوونی ژن و مێرد

نووسینی : د. سعد ریاض

وەرگێرانی : مصدق محسن

هەولێر

یەکەم چاپ

٢٠١١

بسم الله الرحمن الرحيم

ناسنامەی کتێب

ناوی : ئامۆژگاریە ئاڵتونیەکان بۆ بەختەوەر بوونی ژن و مێرد

بابەت : ئایینی

نووسینی : د. سعد ریاض

وەرگێڕانی : مصدق محسن

کۆمپیوتەر: نووسینگەی هیوا

چاپی : یەکەم/ ٢٠١١

شوێنی بڵاوکردنەوە: ((کتێبخانەی حاجی قادری کۆیی))

لە بەڕێوەبەرایەتی گشتی کتێبخانە گشتییەکان ژمارەی سپاردنی (٢٨١٧)ی ساڵی(٢٠١٠)ی پێدراوە.

کتێبخانەی

حاجی قادری کۆیی

بۆ فرۆشتن و چاپکردن و بلاوکردنەوە

هەولێر – کوردستان – عیراق

(٠٧٥٠ ٤٦٧ ١٣ ٩٤ / ☎- ٠٦٦ ٢٢ ٣٣ ٨٦٨)

بسم الله الرحمن الرحيم

قال تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾.

خوای گەورە دە فەرمووێت (یەکێك لەنیشانەو بەڵگەکانی تری ئەوەیە: کەهەر لەخۆتان هاوسەری بۆ دروست کردوون بۆ ئەوەی ئارام بگرن لەلایداو لەنێوانتاندا خۆشەویستیو سۆزو میهرەبانی فەراهەم هێناوە، بەڕاستی ئالەودیاردانەدا بەڵگە هەیە بۆ کەسانێك بیردەکەنەوەو تێدەفکرن).



پێشەکی

ژیانی مرۆڤ لەدونیادا ماوەیەکی کورتە. یان چەند ساتێکی دیاری کراوە، جا کات یان بەسەریدا زاڵ دەبی یان بەسەرتدا زاڵ دەبێت. هەوەها بریتی یە لە ماوەی گواستنەوە بۆ رۆژی دوایی. هەموو ئەوانە رووددەن ئەرك و كارەكانت پێویستە ببنە ئامرازێك بۆ نزیك بونەوە لە خوای گەورەو بەدەستهێنانی بەزەییەکەی لەرۆژی دواییدا، یان هێنانەدی بەختیاری هەمیشەیی. ئەمەش رەتی ئەوەناکاتەوە کەمرۆڤ لەدونیادا بەبەختیاری بژیێت، یان ئەندازەیەك لەکامەرانی لە سەرجەم بوارەکانی ژیان بەدەست بهێنێت، تاوەکو بەشی خۆی لە دونیادا لە بیرنەکرێ.

بۆ ئەوەی هەموو مرۆڤ بزانێت کەوا تەنهایەك جار دەژیێت، ئەوجارەش گەررۆژێك بەسەریدا تێ پەرێ ئەوا بەشێك لەژیانی بەسەرچووە، جائەگەر ئەم رۆژە بەبەرهەمو پڕ دەستكەوت بوو ئەوا بردویەتیەوە، بەڵام ئەگەر بە فیرۆدانی کات بو بەبێ سود ئەوا لەدونیا پەشیمان و حەسرەت دایدەگرێ، مرۆڤی ژیر ئەو کەسەیە کە لە هەموو قۆناغەکانی ژیانی بەدوای بەختیاری دا دەگەرێ.

بەختیاری ژن و مێرد لەگرنگترین ئەو هۆکارانەیەکەوا لەمرۆڤ دەکات دڵخۆش بێت لە دونیادا، و برێکی زۆریش لە خۆشنوودی و ئارامی بەدەست بێنێنێت، حاڵەتی خۆش ویستنو خۆشەویستی هاورێ دەبێ لەگەڵیدا کەوادەکات کاتژمێر ببێتە چرکە کاتێك لەنزیك خۆشەویستەکەی دەبێت، هەروەها وادەکات مەست بوون و حەوانەوە بەدەست بهێنێت لەو کاتەی لەگەڵیەتی، وەتوشی خەمو پەژارە دەبێت لەو کاتەی لێ ی دوورە، ژیان لەنێوان ئەم دوانە دەبێتە نیعمەتێکی ئارام وبەیەکەوەبەستراو.

بەڵام بەرلەوەی باسی بەختیاری ژن و مێرد بکەین پێویستە یەکەمجار بزانین مانای



بەختەوەری بەشێوەیەکی گشتی چیە؟ بەختەوەری بریتی یە لەهاتنەدی خود، یان بەدەربرینێکی وردتر: بەختیاری دروست دەبێت لەدۆخی ئەومەیل و ئارەزووانەی کەخود شانازی پێوەدەکات کەشوێنگەی جێ بەجێ کردنی کردەیی یە ئەمەش پەیوەستە بەبەرزترین قۆناغەکانی گەشەی مرۆڤ، کە بریتییە لەهاتنەدی مەبەستە بالاکان کەناکۆك نیە لەگەڵ بەرژەوەندیەکانی مرۆڤ، بێ گومان بونی بیرۆکە لەژیانی مرۆڤ کاتی لێ دەوێت و شانازی پێوەدەکات، و خودەکەی بۆ دەهێنێتەدی، وەلەمیانەشیدا بەختەوەری و خۆشحاڵی دەهێنێتەدی.

بۆیە بەختیاری بریتیە لەوەی کەخودی مرۆڤ شانازی پێوە دەکاو وەریدەگێرێتەوە بۆ مەیدانی کردەیی، هەندێك لەدەروونناسان وادەبینن کەبەختیاری ئامانجی هێنانەدی کەسایەتیەکی بەهێزە، هەندێکی تر وادەبینن کە مەبەستەکە لە بەختیارکردنی مرۆڤایەتی شاردراوەتەوە، وە هەندێکی تر لە مەسەلە ماددیەکانەوە دەیبیننەوە. سوقرات وادەبینێ کەبەختیاری بریتی یە لە رازی بوون...ئەم رازی بوونەش روودەدات کاتێك ئارەزووەکانمان دیاری دەکەین، بەجۆرێك کە چاوی تێ نابرین لەوەی کە ناتوانین، چونکە مرۆڤ هەست بە نارەحەتی ناکات مەگەر ئارەزوێکی هەبووبێ و نەهاتبێتەدی، وە بەشەو و رۆژ بەسەر بیرکردنەوەدا زاڵ دەبێت، بەلاّم گەر مرۆڤ توانی ئارەزووەکانی بهێنێتەدی بەپێ ی توانای و بەبێ زیادە رۆیی لە تێرکردن، ئەوا لە نێوان خەڵکیدا بەکامەرانی دەژیێت.

لە دوای ئەمە کاتێك قسە لەسەر بەختیاری ژن و مێرد دەکەین ئەوا قسەدەکەین لەسەر ئەوەی کە یارمەتی مرۆڤ دەدات بۆ گەیشتن بەدۆخێك لە رازی بوون کەوا خوای گەورە بۆی دیاری کردووە، و سەیری ئەو مرۆڤانە ناکات کە خوای گەورە فەزڵی داوەتێ بەسەریدا، وە بەردەوام تەقەلاّی دەکات بۆ هەڵبژاردنی باشترو گونجاوتر بەر لە روودانی پەشیمانی، و بەردەوام هەوڵدەدات بۆ راپەراندنی ئەرکو رۆڵەکانی بەر لە خەمخواردنی لە تێربوونی کەسانی تر لە پێداویستیەکانی.

لەم کتێبە ئەم کێشە گرنگە چارەسەر دەکەین، کە بریتی یە لە بابەتی بەختیاری ژن و

مێرد، وکە لەم چەند تەوەرە سەرەکی یەی خوارەوە دیاری دەکرێت:

* چۆن بەختیاری ژن و مێرد دەهێنمە دی لە میانەی هەڵبژاردنی راست ودروست بۆ ژن یان مێرد؟

* پەیوەندی بەیەکەوەبوون لە قۆناغی داخوازی و گری بەست چۆن دەبێت هەتتا پاش ئەمە ببێتە پەیوەندیەکی بەختەوەر؟

* پەیوەندی سێکسی راستو دروست چۆن دەبێت کە ببێتە هۆی هاتنەدی چێژو کامەرانی بۆ هەردوو لایەن؟

* کارامەیی یەکانی ژیانی ژن و مێردایەتی چی یە تاکو بەختیاری و ئارامی بهێنینەدی؟

* بەختیاری لەگەڵ بەرپرسایەتی چۆن دەبێت، وەکو: بەرپرسیارەتی خەرجی، یان پەروەردەکردنی رۆڵەکان؟

* بەربەستەکانی بەختیاری ژن و مێرد چی یە؟ و چۆن بەسەریاندا زاڵ دەبین؟

* گرنگترین ئەو گرفتانە چین کە لە قۆناغەکانی هاوسەرگیری جیاواز روودەدات، و چۆنیەتی زاڵبوون بەسەریاندا؟

* چۆن فێری هەواڵ و دەنگ و باسی پێشینەکانی ئێمە بین لەم پسپۆریە؟

بۆیە بەختیاری خەزێنەیەکەو هەموومان پێویستیمان بەوەیە بەدوایدا بگەرێین، چونکە بەختیاری لە کارکردندا، و بەختیاری لەگەڵ رۆڵەکان، و بەختیاری لەگەڵ قەیرانەکان، هەموو ئەمانە چێژو خۆشیەکن پێویست دەکات لەسەرمان فێری بین و راهێنانی لەسەر بکەین لەبەرگرنگی لە ژیانماندا، جا دەبێ بەدوای بگەرێین و پیادەی بکەین، هەتا لەو هەموو قۆناغانەی ژیانمان بە بەختیاری و شادمانی بژین. جا لە خوای گەورە دەپارێینەوە رەزامەندی و ئارامی و ئاسودەیی و باوەرمان پێ ببەخشێت، وەیارمەتیمان بدات لەوەی پێ ی خۆشەو لێی رازیە....

نووسەر

د.سەعد ریاز

بەشی یەکەم

ئامانجەکانی ژیانی ژن و مێرد

چەمکی هاوسەرگیری لەئیسلام و دەروونناسیدا

- هاوسەرگیری لە ئیسلام بەر لە هاوسەرگیری؟
- هاوسەرگیری لە دەروونناسی.
- چی هەیە بەر لە هاوسەرگیری؟
- هەڵەکانی بەرلە هاوسەرگیری:
- چەمکی خۆشەویستی.
- چارەسەرکردنی خۆشەویستی.
- چیمان لە هاوسەرگیری دەوێت؟
- نیشتەجێ.
- خۆشەویستی.
- بەزەیی.
- چاورۆونی.

سوودەکانی هاوسەرگیری

بەکورتی.

خۆت تاقی بکەوە.

چەمکی هاوسەرگیری لە ئیسلام و دەروونناسیدا

هاوسەرگیری لە ئیسلامدا

ئیسلام بۆ رێنموونی کردن هاتووە کەخەڵکی لەتاریکایی یەوە دەرهێناوەبۆ رووناکـایی، و لەژیانی نەفامیەتی یەوە بۆژیانی زانست و زانین و باوەر، ولـەخراپی نەریتـەکان بـۆ باشـترین بەهاو رەوشت. لەگرنگترین ئەو کێشـانەی کەئیسـلام چارەسـەری کـردووە رێسـاو بنچـینەی ئەوتۆی داناوە کەکێشەی هاوسەرگیری لەسەر دامەزرانـدووە،کاتێك کەکاریگەریـەکی گـەورە دەبێت لەسەر تاکو لەسەرکۆمەڵگا...

دوا بەدوای ئەمە کاتێك جیاواز دەکرێت لەنێوان نەریتەکانی هاوسەرگیری لەنەفامیـەتی، نەریتەکانی هاوسەرگیری لەئیسلام ، ئەوا دەبینیت کەئیسلام رێز لەمرۆڤ دەگرێت، بەتایبـەتی ئافرەت لەگەڵ بونی هەندێك لەپابەند بـوون و رێنماییـەکان لەچـۆنیەتی لەبـەرگردنی جل و بەرگ و شێوەو رەفتارو دانانی ماف و پێداویستیەگرنگیەکانی بۆ ئـەوەی ببێتـە بونـەوەرێکی رێزلێ گیراو چێژوەرگرێت لەژیانیدا. سەبارەت بەمە (ئەمیل دۆمنگم) کـە رۆژهەلاتناسـێکی فەرەنسیە دەڵێـت: قسـەیەکی پـڕو پوچـە کـەدەوترێت: ئـافرەت لەئیسـلام لەدەسـەلاتەکەی داماڵراوە هەروەك گاورەکان رای دەگەیێنن کەئافرەت سەرچاوەی گونجاح و خراپەکاریەو لـەپاڵ ئەوەشدا نەفرەتی لێکراوە.

لەبەر ئەوە لەسەر مرۆڤ پێویستە لەولاتانی رۆژهەلات بگەرێ بۆئەوەی ببینێ کـە ئـادابی ماڵ تیایدا بەهێزو پتەوە، وەئافرەت لەوێ ئێرەیـی پـێ نابـدرێت ئـەوەش لەبەرئـەوەی وەکـو ئافرەتانی ئێمەنیە کەوا شمەکی کورت لەبەر بکـەن و قـۆڵ و باسـکیان روت بکەنـەوە، وەکـو کرێکارە ئافرەتەکانمان لە کارگەو تەمبەڵخانـەکان ئێرەیـان پێنابردرێـت. جیهـانی ئیسـلامی

خۆشەویستی ماڵ و خۆشەویستی گیانی فەرامۆش ناکات، هەروەها ئیسلام ئەوەی وەرمانگرتووە لە سوارچاکی نمونەیی و دڵداری پاك فەرامۆش ناکات.

(سالی جان مارش) کەگاورەو لەساڵی ١٩٥٤ ز لە واشنتۆن لە دایك بووە دڵێت: سەبارەت بەپێویست کردنی هەندێك لەکۆت و بەند بەسەر ئافرەتی موسڵمان لەژێر سایەی ئیسلام، ئەوە ئەم کۆت و بەندە هیچ نیە تەنها بۆ بەرژەوەندی و سودی ئافرەتی موسڵمان و بۆ خێرو چاکەی خێزان و پارێزگاری لە سەرکردنیان دانراوە کە دەبێتە هۆی بەهێزبوونی پەیوەندییەکانیان لە دواجاردا بریتیە لەخێرو چاکە بۆ کۆمەڵگای ئیسلامی بەشێوەیەکی گشتی...

کاتێك ئیسلام سنوری ئەرکەکانی بۆ هەرتاکێك دادەنێت لە چۆنپەتی ئامادەکردنی خودی خۆی بۆهەڵگرتنی راسپاردەو دوورکەوتنەوە لەتاوان و گوناح، پارێزگاری کردنی دەرون و دورکەوتنەوە لەهەرشتێك کەدەبێتە مایەی سوکایەتی پێ کردنی. بەدوای ئەمەشدا ئیسلام داوا لەشوێنکەوتوانی دەکات ئەوانەی دەتوانن ئەرکەکانی هاوسەرگیری بەجێ بهێنن با ژن بهێنن وە ئەوەی ناتوانێت بابەرۆژووبێت چونکە ئەمە بۆ ئەو خۆپاراستنە لەهەرخراپەیەك، هەروەها ئیسلام داوای لەئافرەتان کردووە دەروونی خۆیان و جەستەیان بپارێزن و بەدیاری نەخەن مەگەر بۆمێردەکانیان نەبێت کەمافی خۆیەتی بۆ پاك ڕاگرتنی دەرونی خۆی و دوورکەوتنەوە لە وانەی کە پێشتر خوای گەورە حەرامی کردوون.

لەم روانگەیەوە ئیسلام هاوسەرگیری کردۆتە قۆناغێکی بنەرەتی لەژیانی تاکەکەسیدا کەپێش هاوسەرگیری ئارەزووەکانی تێردەکردو بەو نیعمەتانەی کەخوای گەورە حەرامی کردوون، لەهەمان کاتدا ئامانج لەهاوسەرگیری بریتی یە لەزیادکردنی وەچەو زۆرکردنی ئەو مرۆڤانەکەدەڵێن: لا إله إلا الله محمد رسول الله

هاوسەرگیری لەدەروونناسیدا

دەرونناسی ئەوەی دیاری کردووە کەمرۆڤ ئارەزوو و حەزی خۆی هەیە دەیەوێت تێریان بکات، زۆربەی ئەو ئارەزوانەش ئارەزوی سێکسین، ئەم فیترەتە لەلای هەموو مرۆڤێك وەکو یەکە بەڵکو لەلای هەموو بوونەوەرێکی زیندوو بوونی هەیە، بەتایبەتیش ئاژەڵ.

بەلاَم جیاوازی نێوان مرۆڤ و ئاژەڵ بریتی یە لەوەی کەمرۆڤ پێویستە جلەو بۆ ئارەزووەکانی شلَ نەکات، وهەرکاتێك پێویست بوو تێریان بکات، وەهەروەها پێویست ناکات لەسەر ئەم جۆرە تێگەیشتنە بمێنێتەوە کەپێی وابێت سروشتی مرۆڤ پێکهاتوە لەدوو ووزە، ووزەی خۆشەویستی و ووزەی شەڕانگێزی، ووزەی خۆشەویستی بریتی یە لەووزەی سێکسی...ئەمە بەپێ ی راڤەی تیۆری شیکاری دەروونی بەلاَم مرۆڤ بریتی یە لە کۆمەلێك پێوەرو بەهاو سیفاتی ئەرێنی و نەرێنی گرنگترین خورەوشت کەپێویستی بە دەفرێکی باش هەیە کەئەم خورەوشتەی تێدابێ ئەم دەفرەش بریتییە لەئاینی ڕاستی و دروستی. دوای ئەمەش زانستی نوێ دەریخستوە کەمرۆڤ تواناو وزەیەکی زۆری هەیە کەوای لێ دەکات بتوانێت حوکم بەسەر هەوەس و ئارەزووانی بکات، یان خاوەن توانایەکەبۆ بەرێوە بردنیخودی خۆی، و مامەڵەکردنی باش لەگەڵ هەلوێستەکان و کەسەکانی کە ئێستا پێ ی دەوترێت زیرەکی ویژدانی.

لێرەدا دەکرێ بلێین: دەرونناسی نوێ بانگەوازی مرۆڤ دەکات بۆ رێکخستنی دەروون و حوکم کردن بەسەرخود، چێژ وەرگرتن لە وەی شایەنیەتی، ئەمەش لەسەر هاوسەرگیری جێبەجێ دەکرێ، بەر لە هاوسەرگیری بریتی یە لە رێکخستنەوەی دەرونی و حوکم دان بەسەر ئارەووە ناچاریەکان.....لەدوییدا هاوسەرگیری دەبێتە تێربونی ئارەزووەکان بە ڕێگایەکی راست و دروست تائەنجامەکانی بۆکەسەکە بە چێژو بەختیاری دەگەڕێتەوە....

بەر لەهاوسەرگیری

ژیانی ژن و مێرد گەشتێکی کورت یان چیرۆکێکی ڕاگوزەر نیە وبەڵام گەشتێکی درێژەو پێویستی بەکەرەستەی گەورەو شارەزایی تێرو تەواوو ئامانجەنەگۆرەکانی هەیە، بۆئەوەی ژن و مێرد لەمیانەی ژیانی ژن و مێردایەتیان بەختیاری بۆ هەریەکەیان بهێتە دی-یەکەمیان- دیاری کردنی ئامانجەکانی لەم ئەرکە بەر لەدەستپێکردنی، وەڵامی ئەم پرسیارە دەداتەوە: لەبەرچی هاوسەرگیری؟ کاتێك هەرمرۆڤێك دەیەوێت ئامانجەکانی لەم پەیوەندیە نویَ یە دیاری بکات، ئەوا پێویستی بە شارەزایی یان کارامەیی زۆر دەبێت وەکو ئەمانەی خوارەوە:

چی هەیە بەر لەهاوسەرگیری؟

بەرلەهاوسەرگیری هەرکەسێك بۆئەم قۆناغە، و بۆئەم ماوەیە لەتەمەنی خەونێکی زۆر و ئاواتی جۆراوجۆر دەکێشێت، جا هەندێکیان وابیردەکەنەوە کە هاوسەرگیری بریتی یە لەچێژی سێکسی، پەیوەندیە سۆز دارەکان بەدرێژایی شەوو لەکاتی رۆژدا، وەهەندێکی تر باوەریان وایە کەژیانی ژن و مێردایەتی بریتی یە لە کاتەرۆمانسیەکان کەکچ گویَ لەقسە دلّداریەکان و سەرسورهێنەرەکان دەگرێت لەهەمووکات و ساتێکدا، ئەگەر بێجگە لەمەشتی تر ڕوویدا ئەوا هەست بەبێ هیوایی‌و داروخان دەکات، لەپاشان توشی دوارۆژێکی ناخۆشی دەکات.وەهەندێکی تریان بڕوایان وایە ژیانی هاوسەرگیری بریتی یە لەماندوبوون و هیلاك بوون لەبەدەستهێنانی خەرجیەکانی خێزان و دابینکردنی پێداویستیەکانی . ئێستا کام لەپێشبینی کردن لەم پێشبینیانەی پێشوو راست و دروستن؟

لەراستیدا هەموو پێشبینیەکانی پێشو لەبارەی هاوسەرگیری هەڵەن، یان کورتهەڵاتوە لەسەر یەك ئاراستە، کەچی تێگەیشتنی راست بۆژیانی ژن و مێردایەتی بۆ یاری و رابواردن نییە، بەڵام ژیانی ژن و مێردایەتی بەرپرسیاریەتێکی هاوبەشە،و ژیان سۆزو کۆشش و گاڵتەو گەپ و چێژو کارەکانی تریش کۆدەکاتەوە. بۆیە ژیانی ژنو مێردایەتی تێگەیەشتنێکی



هەمەلایەنەیەو هەموو کارەکانی پێشوو کۆ دەکاتەوە. جیاوازی نێوان کەسێك و یەکێکی تر ئەوەیە کە کەسی بەختیار لەژیانی ژن و مێردایەتی ئەو کەسەیە زانین و کارامەیەکی زۆری هەیە لەهێنانەدی چێژو خۆشی لەکۆشش و گاڵتەو گەپ و لەکاتی پیادەکردنی ئەرکەکانی لەژیانی ژن و مێردایەتی.

هەڵەکانی بەرلەهاوسەرگیری

زۆرترین گرفتەکانمان لەژیان بەسیفەتێکی گشتی بریتی یە لەپەلەکردن لەشتێك بەرلەوادەکەی، سەرەرای ئەوەی ئەگەر هەرکەسێکی خێرا بیزانیبا کەوا ئەو شتەی هەولی هێنانەدی دەدات بەرێگای ناشەرعی ئەگەر کەمێك ئارامی بگرتبا ئەوا بەرێگای راست و جێ ی رەزامەندی دەیهێنایەدی. ئەم حالەتە جێ بەجێ دەبێت لەسەر هەر شتێك کەپەلەکردن بۆ بەدەست هێنانی بۆ ئێستا هیچ مافێکی تۆی تێدانیە....بەجۆرێك جێ بەجێ دەبێت لەسەر دزێك کاتێك دزی دەکات، وجێ بەجێ دەبێت لە زینا کار کاتێك زینا دەکات... بەم شێوەیە هەروەها ئەمە لە لای هەندێ گەنجیش هەیە بەر لە چوونە ناو ژیانی ژن و مێردایەتی، بەشێوەیەك بۆ هەندێکیان بەهۆی ئارەزووی سەر کەش لە تێرکردنی ویژدان و سۆزی هۆش خواردوو دەبێتەهۆی روودانی کەوتنە ناو هەندێك لە هەڵەکانی بەرلەهاوسەرگیری، وە ئەمەش لە لای هەردوو رەگەز روودەدات، و پاشان پەشیمانیی و ژیانی دڵتەنگی بەدواوەدێت، لەئەنجامدا هەردوولا زەرەر بار دەبن، بەلاّم زەرەری گەورە زۆربەی جار توشی کچان دەبێت، زۆرجار گوێ بیستی حاڵەتەکانی خۆشەویستی و دڵداری دەبین لەنێوان کوران و کچان، هەیانە لەخۆوەیە، و هەشیانە لەژێر دروشمی تاقی کردنەوەیە، هەندێکی تریان بەهۆی نەفامی کلاسیکی یە، بەلاّم گرینگتر لەم شارەزایی یەی کەبووەتەهۆی بوونی کەم و کوری لەژیانی لاواندا، بەتایبەتی لەقۆناغی دروست بونی عەقڵی بێت، یان لەقۆناغی دیراسەکردن و دەست خستن بێت، جا بەدەست هێنانی برێکی زۆر لەتواناو وزەکانی کە دەبێ وەبەرهەمیان بهێنێت



لەبونیاتنانی خۆی و داهاتوەکەی کەدەیانخاتە ناو جەربەزەیەکانی خۆشەویستی و سۆزداری، وکۆشش کردن لەدوای ئەم ئارەزووە بۆ ناکۆتایی. وەمێژوو حاڵەتی زۆرمان بۆ دەگێرێتەوە کەبۆمان روون دەکاتەوە چۆن ئاگری خۆشەویستی دروست دەبێت،ئەوی رودەدات لە دوای خۆشەویستی لە سوتایی و (دۆش دامانو) و تامەزرۆبوون، وەئەوەی لە ئەنجامی جیا بوونەوەی هەردوو خۆشەویستەکە روداوێك کە هۆکارێکە بۆشەیدایی و ئازارو چەرمەسەری. هەموومان گوێمان لەچیرۆکی قەیس و لەیلا و رۆمیۆ و جوولێت و زۆرێك لەوانە بووە، هەروەها لە دوای ئەمانەشدا ئەفسانەو شیعری زۆرمان بۆ گواستراوەتەوە، لەم چیرۆکانەش بۆمان دەردەکەوێت کەخۆشەویستی بەپێ ی سروشتی خاوەنەکەی دەگۆردرێ، جاخۆشەویستیەکەی دەردەچێ لەو حاڵەتەی کە خاوەنەکەی لە سەریەتی بۆ کەسێکی تەواو جیاواز لە سروشت و حاڵەتەکانی لەو شەوەکەی دەگۆرێت بۆ رۆژ، و کاتژمێرەکانی لە چاوەروانی خۆشەویستەکەی دەگۆرێ بۆ چەندەها ساڵ و رۆژ.

چەمکی خۆشەویستی

خۆشەویستی بریتی یە لە پەیوەندی نێوان دوو کەس، وەچەندەهاپێناسەی هەیە، جا خۆشەویستی بریتی یە لە حەزو ئارەزوو، و بریتی یە لەگەنجێی، و بریتی یە لەعیشق، و خۆ شەویستی واتە شەیدایی، و پەرۆشی کە خەم و خەفەتی بەدوادادێت، هەروەها بریتی یە لە دڵداری، و سۆزو خۆشەویستی، وەتامەزرۆبوون و حەزکردن، و شەیدایی.... ئەمانەش بریتی ین لە ناوەکانی خۆشەویستی، جاوا لە خوارەوە راڤەی ئەم پێناسانە دەکەین:

خۆشەویستی: بریتی یە لە ئارەزووی دەروون بۆ شتێك یان بۆ کەسێکی تر.

- هەرزەکاری و شەیدایی: شەیدایی بریتی یە لە نەرم و نیانی و پەرۆشیەکەی. وە دەڵێن پیاوی شەیدا: دڵدارێکی ئارەزوو مەندە.

- خۆشەویستی حەزلێکردن: پەردەی دڵ، بریتی یە لە پارچەیەك بەبێ خۆشەویستی وەك

پەردەیەك وایە، دەڵێن: کەوتە داوی خۆشەویستی. واتە: خۆشەویستیەکەی ڕاگەیاند. کاتێك خێزانی عەزیزی میسری کەوتە داوی خۆشەویستی گەورەمان یوسف سەلامی خوای لێ بێت(خۆشەویستیەکەی کاری تێکرد).(قد شغفها حبا).

خەفەت: ئەو کاتەی کەناخۆشی بەدوایدادێت، بەواتای ناخۆشی ون کردنی خۆشەویستەکەی یان بەزەحمەت گەیشتن پێ ی.

- دڵداری: بریتی یە لە بەهێزترین پلەکانی خۆشەویستی تائەو کاتەی هەردوو خۆشەویستەکە دەبنە یەك گیان. وە دەشبێت خۆشەویستیەکە یەك لایەن بێت

- پەرێشانی: بریتی یە لەسوتان یان بەهێزترین دڵداری لە ئەڤین و ناخۆشی.

- دەردی قورس: ئەو خۆشەویستیەیە کە خەم و خەفەت بەدوای خۆی دادێنی.

- سەرنج ڕاکێشان و پەرۆشی: ئارەزوو مەندیەتیە بۆ خۆشەویست. دڵنەرمیش بەزەیی یە.

- پەژارە: ئەندێشەی خۆشەویستی، مانای: گڕوبڵێسەی سەند یان سوتاندی. ئەگەر خۆشەویستی پەیوەست بوو بە دڵداریەکەی ئەوا سەردەکێشێ بۆ شێت بوون. بەمانای: زاڵبونی سۆز و هەڵوەشاندنەوەی عەقڵ. وە لەسەر ئەم بنچینەیە خۆشەویستی شتێکی جوانە ناکرێ قەدەغەی بکەین، وە سۆزێکی پەشۆکاوە ئەگەر دەستی پێکرد وەزاڵبوو بەسەر کەسێك کەنەیتوانی دەستی بەسەر دابگرێ لە دەست پێکردنەوەی تاکۆتایی.

بەڵام بۆئەوەی ئەو پەیوەندیە بگۆڕێت وە سووتانی سوتەمەنی میللەت ببات بۆ خۆشگوزەرانی و بەختیاری: پێویستیمان بە ژمارەیەك مەرج هەیە:

یەکەمیان: دەبێت لە نێوان ژن و مێردا هەبێت، هەتا بتوانێت باوەر بەیەکتر بکەن بەبێ کۆسپ و تەگەرە تادەگاتە خۆشەویستی بۆ پەژارەیی و خەمناکی و ناخۆشی.

دووەمیان: دەبێت لەکاتێکی گونجاودا بێت،بەمانای نابێت ئەوکەسە لە قۆناغێك دابێت کە گونجاو نەبێت بۆ خۆشەویستی، چونکە توشی زۆر گیرو گرفت دەبێت. لەکاتێکدا ڕۆژانە

گوێمان لە چیرۆك و بەسەرهات دەبێت لەژێرناوی خۆشەویستی، یان ناوی دەنێن خەمی خۆشەویستی، وەتوشی سزای خراپ دەبێت، یان پەشیمان بوونەوەیەکی دوورودرێژ.

- چیرۆکی کچێك

ئەمە کچێکە چیرۆکی خۆی دەگێڕێتەوە، ئەو لەبەهێزترین پلەکانی ئاخ هەڵکێشان و پەشیمانی دا بوو: سەرەتا لەئاخاوتنێکی تەلەفۆنی پاك وبێگەرد دەستی پێکرد.گەشەی سەند بۆ چیرۆکێکی خۆشەویستی خەیاڵی، کچەکە دەیوت: بەهەڵەی بردم کەوا خۆشی دەوێم و دێتەخوازبێنیم....داوای کرد بیبینم....نەمهێشت... هەرەشەی لێ کردم بەسەر هەڵگرتن و پچراندنی پەیوەندی...بێهێزیم نواند...وێنەیەکی خۆم بۆ نارد لەگەڵ نامەیەکی گوڵاوی بۆندار، نامەکان گۆڕدرانەوە...داوای لێ کردم لەگەڵی بچمە دەرەوە... بەتوندی رەفزم کردەوە، بەوێنەکانم هەرەشەی لێ کردم، بەنامە بۆندارەکان بەدەنگەکەم لەتەلەفۆن کەوا تۆماری کردبوو، لەگەڵی دەرچووم بەمەرجێك بەزووترین کات بگەڕێمەوە گەرامەوە بەلاّم؟ گەرامەوە بەکۆڵێك شەرمەزاری، پێم ووت: باهاوسەر گیری بکەین: ئابروچونە، بەهەموو سوك وگاڵتەپێکردنەوە پێی وتم: من داوێن پیس ناهێنم. ئەمەیە ئەنجامێکی ناخۆش، دوای ئەزموونێکی سەخت، ئەمەش بانگەشەیەکە پێویستە بۆ هەموو کچێك: وریابە زۆر وریابە لە تێوەگلاّن بەشێك لەم جۆرە پەیوەندیانە، یەکێك لەهاورێ کچەکانت کەخراپە فریوت بدات و راتبکێشێ بۆلای خۆی بۆ شتێك لەم جۆرە پەیوەندیە بەدرەوشتانە کەواخۆی ئارایشت داوە بۆت، وەهەڵت خەڵەتێنێ بەوەی کە ئەوەی لەگەڵ خەڵکی روویدا ئەم لەگەڵی روونادات لەوئابرو چونە یان شتی تر...نەکەی باوەر بەم جۆرە شتانە بکەی، ئەمانە هەموو لەفێڵەکانی شەیتانە، باش بزانە کۆتایی ئەم پەیوەندیە قەدەغەکراوانە هەمووکات ئەو کۆتاییەیە کەباسکرایان لەویش توندترە. هەرووەها وریابە لەباوەر پێ کردن بەو گەنجانەی کەوا یاری بە کەرامەتی خەڵك دەکەن، ئەوانە بەخیانەت و درۆزن پۆڵین دەکرێن، لەوانەیە یەکێك لەوانە

واخۆی پیشان بدات بەراست گۆیی و دڵسۆزی، چونکە ئامانجی ئەمانە هەمووکات یەك ئامانجە، وەئەوەش زانراوە ئاقڵ لێ ی ناترسێ، تۆش لە ئاقڵمەندان بە.

-تێبینی و پرسیار

ئەوەی لێرەدا تێبینی دەکەین ئەم سۆزداریە دەبێت ببێتە سەرچاوەیەك بۆ بەختیاری، دەشبێتە رق و قین لەسەر خاوەنەکەی، ئەوەش وامان لێدەکات ئەم پرسیارە بەپەلەیە بکەین:

ئایا خۆشەویستی لەبەدبەختی یە یان لەبەختەوەری یە؟

وەڵام: خۆشەویستی دەبێتە هۆی سوتاندن و ئێش و ژان کاتێك بەیەك گەیشتن بەخۆشەویستەکەت لەسەرت قورس دەبێت، یان کاتێك خۆشەویستەکەت بەوشەکی و بایەخ پێ نەدانت دەبینی، دەبێت لەخۆشەویستی بەختەوەری و کامەرانی و دڵنەرمی پەرۆشی و ئارامی هەبێت کاتێك لەنزیك خۆشەویستەکەت دەژیت، لەسۆزو زمان شیرینی و بەزەیی خۆشەویستەکەت دەخۆیتەوە، وەلە دڵنەوای هاوسەرگیری دەژین خوای گەورە بەرەحمەتی خۆی بیپارێزێت.

-چارەسەری خۆشەویستی

خۆشەویستی دەگەرێتەوە بۆ هەست وسۆزێکی شپرزە زاڵ دەبێت بەسەر کەسێك و دەیکاتە موڵکی خۆی، بیرو هۆشی خەریك دەکات، قسە دەکرێت لەبارەی رەفتارەکان زۆر لەگۆڕانکاری، پاشان ئەگەر ئەو خۆشەویستیە لەکاتی خۆی نەبوو، تێربوونی نیە بۆ کوژاندنەوەی تامەزرۆکانی، دەبێت لەوکاتەدا خۆشەویستی تووش بوو بەنەخۆشیەکان پێویستی بەچارەسەری خێراو دروست هەیە.

- چارە چی یە بۆ چارەسەرکردنی خۆشەویستی؟

شیکار: چارە سەرکردن دەبێت لـەبونی هاوسـەرگیری هاوتوانـا، وەوەسـتاو بێـت لەسـەر شەرعی خوای گەورە و سنور بپارێزی، وە کارکردن بەپێی ئەحکامەکانی، وە بەجێ گەیانـدنی ئەرکـەکانی وە فەرمانـەکانی خـودای گـەورە، وە سـەبر گـرتن لەسـەر گرنگیـەکان و بـەر پرساریەتیەکان.وەئێستا......

- چیمان دەوێت لەهاوسەرگیری؟

پێش ئەوەی بچـینە نـاو هاوسـەرگیری چـاکتر وایـە دەستنیشـانی ئامانجـەکانی بکـەین داواکارین جێ بەجێ بکرێت لەکاتی ئەو پەیوەندیە پایە بەرزە، وەچۆن دەگـەین بەبەختـەوەری خێزان بەهەموو ماناکانی؟

ئەگەر ویستت دوارۆژێکـی خۆشـت دەسـت کـەوێ پێویسـتە رابـردووت وە مێـژووت وە ڕەسەنت بزانیت، تاکو لەرێگای راست لانەدەیت، وە زۆرێك لەبەختەوەری وولاتان دەگێرنـەوە، وە زۆر جار لەبیرمان دەچـێت کەئێمـە هـەموو مـان لەیـەك گیـانین، وە زۆر جـار لـەبیرمان دەچێتەوە ئێمە لەخۆڵین، وە دەبینەوە خۆڵ وە هەروەها دەگەرێینـەوە بـۆ لای خـوای گـەورە، خودای گەورە ئێمەی لەخۆڵ دروست کردووە، هەروەك خودای گەورە دەفەرمووێت﴿وَمِـنْ آيَاتِـهِ أَنْ خَلَقَكُم مِّن تُرَابٍ ﴾ واتە: لەنیشانەکانی خودایەتی و یەکتا پەرستی کەئـەو ئێـوەی لـەخۆڵ درووست کردووە، باب و باپیرەتانیشی لەخۆڵ دروست کردووە لقیش وەك رەسـەنەکەیەتی﴿أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا ﴾، ﴿ثُمَّ إِذَا أَنتُم بَشَرٌ تَنتَشِرُونَ ﴾ پاشان ئێوە ئاقلەمەندن توانای قسە کردن و راپەراندنی بژێوی ژیانتان هەیە.پاشان ئەو ئێوەی بەخۆرایی دروسـت نـەکردووە، هەرکەسێك توانای لەسەر ئەوە هەبوو ئەوا ئەو خاوەنی یەکتا پەرستی و تەسبیحاتە.

وەمانای: ﴿خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا﴾. واتە: ئافرەتان کە لەلایان نیشـتەجێن،، (من انفسکم) واتە: لە مەنی پیاوەکانو لە رەگەزەکانیان.



وە دەڵێن:مەبەست لێ ی حەوایە. خودای گەورە لە پەراسووی ئادەم درووستی کردووە، ﴿وجعل بينكم مودة ورحمة﴾، ئیبن و عەباس و مجاهید دەڵێن: المودة: سەرجێ ییە، والرحمة: مناڵە.

وە دەڵێن: المودە: سۆزی دڵەکانە هەندێك بۆهەندێکی تر. السدي دەڵێت: المودة: خۆشەویستی یە، والرحمە:بەزەیی یە، ماناکەی ریوایەت کراوە لەئیبن و عباس دەڵێت: المودە: خۆشەویستی پیاو بۆ خێزانەکەیەتی، والرحمە: بەزەییەکەی بۆ ئافرەتەکەیەتی کاتێك توشی ناخۆشی دەبێت.

وەدەڵێت: پیاو ئەسڵەکەی لەزەوی یە، هەرلە زەویش هێز وەردەگرێت، وەلەویش رزگاربوونە کەوا سەرەتا لێ ی دروست کراوە پێویستی بەنیشتەجێ بوون هەیە لەسەری، ئافرەتیش دروست کراوە بۆ ئەوەی ببێتە ئارامگەیەك بۆ پیاو. لێرەدا پێویستە هەرکەسێك ئەو ژیانەی قبوڵ بکات دەبێت بزانێ وەڵامی ئەو پرسیارە بداتەوە: ئەو لەچ شتێك دروست کراوە؟ وە بۆ چی دروست کراوە؟ وەهەروەها لە ئایەتی خوای گەورەدا هاتووە: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾.وەمەش داوادەکرێت لەمرۆڤ ئەنجامی بەرزی هەبێت و بگاتە ئەنجامیش، وە کۆشش بکات بۆ گەیاندنی ئامانجەکانی لەهەموو کارو کردەوەکانی.

هەرهەمووومان رێگایەکی درێژ دەمانگرێتەوە لەسەر ژیانێکی هاوبەش کۆدەبێتەوە لەنێوان دووکەس بێگومان پشتیوانی و چارەنوسی خودای گەورەپێیان دەگات، پاش ماوەیەك کەم بکات یان زیادبکات دەبێتە خێزان. ئەو خێزانەش تەنها تۆوی کۆمەڵگایە بۆ ئەوە دروست کراوە کەخوا پەرستی بکات لەسەر زەوی، بەڵام لەگەڵ هەموو ئەوانەش چارەنووسی لەدنیا لەبیرناکات، وەهەروەها خۆشی چاکەو شادومانیش لەبیرناکات بەوەی خودای گەورە پێ ی خۆشە. وە تێ دەکۆشێ بۆ گەیشتن بەشادی و دڵارامی لە هەموو بوارەکانی ژیانی.لەسەر ئەو بنچینەیەی هەموو کەس ئارەزووی لە هاوسەرگیری هەیە وەبۆ ئەم کارە نوێیەش ژمارەیەك ئامانج هەیە: تاوەکو هاوسەرگیریەکە بەختیار بێت. یان تێبکۆشێ بۆ بنیاتنانی

بەختەوەری و کامەرانی بەهەموو مانایەك.

بۆ هاوسەرگیری چەند ئامانجێکی بنچینەیی هەیە پێویستە هەموو ژن و مێردێك کۆشش بکات بۆ گەیشتن پیێ ی وەك:

١-دڵنیایی.

٢-رووخۆشی.

٣-بەزەیی.

٤-بەر چاورِوونی.

هاوسەرگیری دڵنیایی و رووخۆشی و بەزەیی و بەرچاوروونی یە

مرۆڤ لەهەموو قۆناغێك لەقۆناغەکانی ژیانی پێویستە بگەرێت بەدوای بەرچاو رونی و دڵنیایی، بەم ئایەتە لە خودای گەورە دەپارێتەوە ﴿رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا﴾. (الفرقان:٧٤).

واتە:(خوداوەندە پێمان ببەخشە لەخێزانەکانمان و وەچەکانمان بەر چاو رِوونی وەبمانگێرە بەپێشەوا بۆ لەخودا ترساوان).

وەبۆ ئەوەی ژیانی هاوسەرگیری ببێتە خۆشەویستی و بەزەیی پێویستە ئەم مەرجانەی تێدابێت:

-دادوەری ئاینی خودا لەمافەکان و ئەرکەکان بۆ هەریەك لەژن و مێرد:

ئەگەر ژن و مێرد لەژیانی رۆژانەیان تەرازووی داد پەروەریان دانا لەمافەکان و ئەرکەکان ئەوا رەگ و ریشەی ناکۆکی لەنێوانیان نامێنێت، وەبەختیاریان بۆ هەڵدەکەوێ کە باڵەکانی لەسەرماڵی ژن و مێرد دەلەرێتەوە، چونکە داد وەری کردن بۆ پێوەرەکانی خودای گەورە کەوای داناوە دەروون هەست بە پشوودەکات، وەهەروەها نزیك نەکەوتنەوە لە سنوری خوای گەورە وەلێرەدا هیچ کوێرەوەری و دژایەتی و ناکۆکی نابێت ئەگەر ترس و دڵە راوکێش

لەهەردوو لایان ڕوویدا.

نمونەی(١):

یەکێك لەئافرەتەکانی ڕۆژئاوا گێرایەوە، ئەو موسڵمان نەبوو، ئافرەتەکە کچەکەی خۆی بردە مزگەوتێکی موسڵمانان، وە داوای لەکچەکەی کرد بچێتە ناو ئیسلام، کاتێك پرسیاری ئەو شتەی لێکرا سەرەرای ئەوەش موسڵمان نەبوو، وتی من شتم لەئیسلام خوێندۆتەوە وەفێربووم،کەوا ئیسلام زۆر لە ماف و ئەرکەکان لەسەر موسڵمان واجب دەکات، لەوانە ڕێز گرتنی گەورە، وەڕێزگرتن لەباب و باپیران و بەساڵاچوان، بۆیە حەزم کرد کچەکەم لەکاتی گەورە بوونیشدا لەسەر ئەو ڕەوشتەبێت، وە بۆیە ویستم موسڵمان بێت.

نمونەی(٢):

هەروەها ئافرەتێکی تریش گێرایەوە کەئەو ئاواتە خوازبوو لەماڵی موسڵمانان بژیبوایە ئەگەر ژنی چوارەمیش بوایە، وە یان خزمەتکار بوایە، بەوەی کەئەو دەیزانی لەسەر چۆنیەتی مافی هەڵسوکەوت کردن لەگەڵ خەڵکی تر، یان ئەوەی ئاین واجبی کردووە ئەرکەکانی و دابین کردنی ماف بۆ خەڵکی تر لەژیانی ئاسودەیان دا.

-هاوسەرگیری خۆشەویستی و دۆستایەتی و سەقامگیریە بۆ ژن و مێرد

هەموو ژن و مێردێك لەپەیوەندیەکانیان بەدوای سێ خاسیەت دەگەرێن:

خۆشەویستی و دۆستایەتی و بەزەیی، ئەگەر لەماناکانی تۆزێکیش لێك نزیك بن، بەلاّم لەنێوان هەست بەجیاوازیەکی ورد دەکەین.

خۆشەویستی سۆزێکە پەیوەندیەکانی دڵ تازە دەکاتەوە، وەلەناو دەرونەوە هەڵدەستێ، دۆستایەتی یان پەیوەندی دەبێتە روخساری خۆشەویستی، وەژن و مێرد رێگا دەکرن بۆ



دەربرینی رێ ی رابواردن و قسەی خۆش و دیاری گۆڕینەوە، بەزەیش بریتی یە لەزۆری بەشداری کردنێکی راستگۆیانە لەخۆشی و ناخۆشیدا، وەبەتەنگ هاتنێکی دڵسۆزانە، وەهەر هاوکاریەك مرۆڤ بتوانێ بیکات، ئەمەش دەبێتە ئاوەردانەوەیەك لەپەرۆشی و زەردەخەنەیەکی پرشنگدار، وەقسەی خۆش، وە یارمەتیدانی پارەو شت و مەك.

جا ئەو هەموو پەیوەندی و کارو کردارانەی کەئاینی ئیسلام یاسای داناوە بۆ مرۆڤایەتی بۆ هێنانەدی ژیانێکی کامەران و رەزامەندی بوون لەدونیا، وە ئامانج و مەبەستێکی گەورەیان بۆ داناوە لە دوارۆژ ئەوەندە لەدنیا کۆشش دەکەن وەك ئەوەی هەتا هەتایە دەژین، وەئەوەندەش بۆ دوارۆژ کاردەکەن وەك ئەوەی بەیانی دەمرن، بەم جۆرە دەگەنە بەختیاری دونیاو دوارۆژ.

-هاوکاری نێوان ژن و مێرد لەژیانی هاوبەش دا لەژێر دروشمی خۆنەویستی و قوربانی دان:

هاوسەرگیری هاوکاریەکی هاوبەشە لەنێوان هەردوولادا، نەك ناکۆکی و ململانێ بۆ تۆڵە کردنەوە لەوی تر، یان پەیوەندی کۆیلەیی و سەردار، بەڵکو لەو ژیانە هەموو خزمەتی یەکتر دەکەن، هەر بۆیەش ژن و مێرد پێکەوە کۆشش دەکەن بۆ بنیات نانی خێزانێکی داد وەرانە، ناکرێت ئەو بینایە تەواو بێت تەنها دەبێت کارەکانیان بە قوربانیدان و خۆنەویستی و لێبوردەیی و ئارامگرتن ناوبەن، وەئەگەر هاتووخۆنەویستی ولێبووردەیی و خۆبەخت کردن لەناو خێزان نەما ئەوا لەهیچ شوێنێکی تر ئەم بەختەوەریە نادۆزیتەوە،وە بەختەوەریش لەهیچ رێگایەك نادۆزرێتەوە.

-داد پەروەری و ویژدان لەهەمووکارو کاروباڕەکانی ژیان:

داد پەروەری لەهەر شوێنێك بێت چاکەو بەهرەوەری زیاد دەکات، بەشێوەیەك باشتر ژیانی ژن و مێرد پێویستی پێیەتی بۆ لوتکەی دادپەروەری لەهەمووشتێك، وەدەبێت هەردولا دادپەروەری لەگەڵ یەکتری بکەن، وە ستەمیش لەنێوان موسڵمانان بەگشتی قەدەغەکراوە، وەبەتایبەتیش لەنێوان ژن و مێرد، وە پێداگیری لەسەر دادپەروەری و بەرپرسیارەتی لەنێوان هەردولا بوونی هەست کردن بەجەورو ستەم دوور دەخاتەوە، وە ئەو دادپەروەریەی کەئێمە دەمانەوێ کۆڵەگەیەکە لەکۆڵەگەکانی ژیانی هاوسەرییێتی بەگشتی.ئەمەش هەڵوێست و وشەی جوان و داواکاری و خەرج و بژێوی و باوەری دەگرێتەوە.

لەنیشانەکانی دادپەروەری نێوان ژن و مێرد ئەمانەن:

١-دوورکەوتنەوەی بەردەوام لە دەمەقاڵێ و جنێودان.

٢-قورس نەکردنی باری یەکێك لەهاوسەرەکە ئەگەر لەوزەی دانەبوو.

٣-دەست گرتن لەخەرج کردن و دوورکەوتنەوە لە پیسکەیی.

٤-پێویستە هیچ کامیان گوێنەگرێت لەقسەی پاشەملەو بوختان چیان، یان ئەوانەی هەوڵدەدەن بۆ دووڕوویی، نەبۆ کەسانی تێکدەرو ماڵ کاولکەر.

٥-نابێت ستەم لە هاوبەشی ژیانم بکەم بەبەراوردکردنی لەگەڵ هاوسەرانی تر، هەموو کەسێك تایبەتمەندی خۆی هەیە وەهەندێکیش کەموکوری هەیە، وە دەگەرێم بەدوای لایەنەباشەکان لە هاوبەشی ژیانم.

بەرپرسیارەتێکی تەواو لەنێوان ژن و مێرد:

دەستەبەری یان بەرپرسیارەتی لە کارەگرنگەکانە کەوا پاپۆری هاوسەرێتی پێیدا تێدەپەرێت بۆ سەر رێگای دامەزراندن و چاکەو بەختەوەری و رزگاربوون، بەختەوەریش لەهیچ خێزانێك نادۆزرێتەوە ئەگەر لەسەر بنەمای زۆرداری کەمتەرخەمی و خۆدزینەوەو ستەم کردن

بێت. وەبۆ ئەوەی بزانیت هەرکەسێ بیەوێت باشترین ئامانجەکانی بهێنێتە دی لەژیانی هاوسەری دایاخود ماڵێك کۆڵەگەی ژیان دابمەزرێنێ لەسەر بنچینەی دەستەبەری و هاوکاری و خۆشەویستی و دۆستایەتی و بەزەیی شایەنی پێشکەش کردنی کەسانی چاك و رۆشن کەرەوەی دروستە کەگەلەکەی پێویستێتی.

بەلاّم ئەگەر کۆمەڵگاکەمان گۆرا بۆ کۆمەڵگایەك هەناسەبرکێی پێ بکەوێت بەدوای لاسایی کردنەوەیەکی کوێرانە بۆ کۆمەڵگاکانی رۆژئاوا وەك بەهاو خوورەوشتەکانی، وە بووە دیل لەکۆمەڵگاکانی ئیسلامی ئەوا وێنەیەکی پووچەڵ دەبێت بێ بەهاو پێوەرێکی جێگیر، ئەو کاتە ئەو کۆمەڵگەیە کەسانێکمان بۆ بەرهەم دێنێ کە هیچ بەهاو مانایەکیان نیە، هەوەها دەبنە توخمێکی بەدیلگیراو کەشایەنی ئەوەنین هیچ بەرپرسیارەتی و راسپاردەییەك لەئەستۆ بگرن.

چەند ئامانجێکی تر:

هەندێك ئامانجی تر هەیە دەکرێت دابنرێت لەسەر ژیانی هاوسەرگیری لە دوارۆژ، لەگەڵ ئەوەش ئەمانەش لەناو ئامانجەکانی پشوودان. ئەو ئامانجانەش:

١-تێرکردنی ئارەزوومەندی سێکسی.

٢-دەستکەوتنی ئەوکەسەی هاوکاری دەکات لەسەر رێکخستنی ژیانی.

٣-منداڵ بوون.

ئەوەی تێبینی ئەو مەبەست و ئامانجانە نایەتەدی تەنها لەچوارچێوەی خۆشەویستی و بەزەیی و دڵنیایی نێوان ژن و مێرد، ئەمەش نابێتە تێرکردنی سێکسی پربەمانای مرۆڤایەتی نیە تەنها ئەگەر لە چواچێوەی خۆشەویستی و بەزەیی پیاهاتنە وەبێت، وە هیچ لەزەت لەمنداڵەکانیش وەرناگرێت تەنها ئەگەر خۆشەویستی و بەزەیی لەگەڵدابێت، وە ناکرێت پارێزگاری لە پارەو پول و تەندروستی یان پارێزگاری لەسەر کەسانی تربێ تەنها لەچوار

چێوەی خۆشەویستی و بەزەیی پیا هاتنەوە ئەنجام دەدرێت.

لەسەر ئەوبنچینەیە هەموو گەنجێك ناكرێت تەنها كۆشش بكات لە هاوسەرگیری دا بۆ تێركردنی پێویستیەكانی ئاینی و ئارەزووەكانی ئادەمی، بەڵكو هەوڵ دەدات لەدواوەی بەجێ هێنانی ئامانجەبەرزەكانە، وەمەبەستە گرنگەكان لەیاد ناكات، بەڵكو دەبێت چاوەكانی بەروونی و بەئاشكرا جێگیر بكات لەهەر ساتێك، چونكە دەبێتە چاوگی بەختەوەریەكەی لەدونیا، وە ودرێگایەكیشە بۆ بەهەشت لە دوارۆژ بەئیزنی خوای گەورە.

سوودەکانی هاوسەرگیری:

هاوسەرگیری تەنها سنوردارنیە بۆ تێركردنی ئارەزووی سێكسی، یان تێركردنی هەواو هەوەس بە كچێك لەكاتی جلی بووكێنی، یان ئیش و كاری ئاهەنگ گێرانی بووك و زاوا ئەو كاتەی هەموو پێكەوە كۆدەبنەوە، بەلاّم هاوسەرگیری رێگای پێكهێنانی خێزانی موسڵمانە، نیەتەكان چاك دەكاتەوە بۆ كۆمەڵگایەكی بەختیار، وە رێگایەكە بۆ پەروەردە كردنی نەوەیەكی چاكە خواز باوەری بەخودای گەورە هەبێت، وە خەبات دەكات لەپێناوی خودا، وە شەهیدیش دەبێ لەپێناوی خودای دلۆڤان، وەرێگایەكە بۆ پاك بوونی بەندەیەكی ئیمانداری دەستپاك، بۆ نیشتە جێ بوونی خۆی و هاوسەرەكەی، ئەگەر هاتوو هاوسەرگیری لەسەر بنچینەی عەقڵ و بیروە لەسەر بناخەی داد پەروەریەكی دروست دامەزرا، ئەوا گەلێك كەڵك و سوودی گرنگی هەیە هەندێكیان باس دەكەین:

١-هاوسەرگیری سەربەخۆیی بۆ ژن و مێرد دەهێنێتەدی:

كورو كچ پێش بەهاوسەری بوون بەشێكن لەتاكەكانی خێزان و ملكەچی ئەوان دەبن، بەلاّم ژیانی كورو كچ لەكاتی هاوسەرگیریدا گۆرانی بەسەر دادێت،وەروخسارێكی نوێ وەردەگرێت، وەسەربەخۆ بوونی بەدەست دەكەوێت، وەلەوژیانە نوێیەدا كورو كچەكە دەبنە ژن

و مێرد، وە پەیکەرێکی کۆمەڵایەتی بچوك دروست دەکەن، وە دەگەنە سەربەخۆ بوون و بەرپرسیارەتی هەڵدەگرن، وە بۆیان دەبێتە ئامانج لەژیان، وە بەرهەمی کارەکەیان لە خێزانە نوێیەکەیان بەدیار دەکەوێت، وە بەرپرسیارەتی کارگێری خێزانە نوێیەکەیان هەڵدەگرن، هەردووکیان دەبنە بریار دەرو خاوەنداریەتی بۆ یاساکانی خێزان و نابنە ملکەچی کەس، بۆیە ژیانێکی سەربەخۆی نوێ دەست پێ دەکەن.

بەلاّم ئەگەر هاوسەرگیریەکە بوەژێردەستی خانەوادەکەیان، بزانە ئەوا هاوسەرگیریەکەیان لەسەر هەوا دروست دەبێت، وە بزانە بەختەوەری ناچێتە ئەو ماڵانە، بەتایبەتی ئەگەر یەکێك لەژن و مێردەکە ئاواتی هەبێت، وەلە ئامانجەکانیشی سەربەخۆ بوون بێت لەژیان.

نمونەی حاڵەتێك:

نمونەی خێزانێك کەزۆر پابەندی کورەکەیان دەبن بەتوندترین شێوە، وەوا لێك دەدەنەوە ئەگەر کورەکەیان ژن بهێنێ ئەوا لێیان دەسەنن، وەپاشان لەگەڵ یەکەم رۆژ لەدیاری کردنی هاوسەرەکەی دژایەتی بەبێ هۆ لەنێوان خانەوادەی کورەکەو کچەکە دەست پێ دەکات، وەدەست پێ کردنی هەندێك گیرو گرفت رەنگە لەیەکەم رۆژی بووکێنی کۆتایی پێبێت، بەلاّم پێچەوانە لەیەکەم رۆژی بووك گواستنەوە، گیروگرفت و خۆتێهەڵقورتاندن لەهەموو کارو بارەکانی ژیان پەرەدەسێنێ، لەگەڵ مامەلە کردنی خراپ لەگەڵ کچەکەو خزمەکانی بەبیانوی ئەوەی ئەوان هاتوون دەست بگرن بەسەر ماڵەکەیاندا، ئەوژیانە بەردەوام نابێت لەنێوانیان بەبێ گیروگرفت و ململانێ، وەبەتایبەتی کە ئەوان لەیەك خانوو دەژین، ململانێ یەکان پەرەدەسێنێ لەنێوانیان تادەگاتە لێك جیابوونەوە کاتێك ئەوان لەیەکەم رۆژەکانی هاوسەرگیریدان.

بەهەمان شێوە ئەم جۆرە هاوسەرگیریە بەسەر نەکەووتوویی دەگەرێتەوە، بەهیچ جۆرێك سەربەخۆیی نایەتە دی کەوا ئافرەتەکە خەونی پێوە دەبینی کە ببێتە خاوەنی ماڵ و مێرد، وە باوەری وابوو کەدەتوانێ لەگەڵ خۆی بیبات، هەستی نەدەکرد کەوا تێروانینی مێردەکەی

تێروانینی خزم و کەسەکەیەتی بە بەبێ خواستی ئەو، واهەستی دەکرد کەوا تەنها مێردەکەی خاوەنی فەرمانە، نەك دایکی مێردەکەی، وە باوەری وابوو ژیانی ژن و مێردایەتی لەگەڵ هەموو فەرمانەکان و ئەرکەکاندا خۆشی تێدایە لەگەڵ سەربەخۆیی بووندا.

٢- رابواردن و پشوو:

مرۆڤ ناتوانێت بەتەنیا بژێت، ژیانی تەنیایی هیچ جۆرە بەختەوەریەك بەدی ناهێنێت، پەندێکی میللی هەیە دەڵێت(بەهەشتی بێ خەڵك خۆشی تیانیە) بۆیە مرۆڤ بەردەوام دەگەرێت بەدوای کەسێك کەباوەری پێبێت، وە لە دانیشتن هۆگری بێت لەگەڵیدا، وە هەوڵ دەدات لەگەڵی رابوێرێت. وەلە دواییدا لە پێویستیەکانی سروشتی مرۆڤ بریتی یە لەهۆگری و خۆشەویستی و دلارامی. تەنیایش قورس و خەمباری یە، وە مرۆڤیش پێویستی بە مرۆڤی ترهەیە بۆی ببێتە دەست پاك و چاكە خواز و دڵنەوایی و دلۆڤانی بۆ ئەوەی هاورێیەتی بکات و سکاڵای لەلابکات، وە نهێنیەکانی لەلابدرکێنێ، وە سوود وەرگرێت لەکەیفکردن و دڵنەوایی و میهرەبانی لەگەڵی دا، وەبەم جۆرە ئارامی و دڵنەوایی دەست دەکەوێت، وە ئەو پێویستی بەهاورێیەکی دڵسۆزە لێی دڵنیابێت، وە دۆستایەتیەکی دڵسۆزی بۆ نیشان دا، وە رژدی نەکات بۆ دەرخستنی خۆشەویستی بۆی.

وەچاکترین کەس دەکرێت لێ دڵنیابیت و ئەو پێداویستیە سروشتیەت بۆ جێ بەجێ بکات هاوسەرە، ئافرەت بێت یان پیاو، وە هەموو هاورێیەتی و خۆشەویستی شتێکی کاتی و سنورداره تەنیا هاورێیەتی و خۆشەویستی نێوان ژن و مێرد ،ئەو بەردەوام و بێ سنورە. چونکە ئەوان دەبنە یەك و یەك ئامانجی هاوبەشیان هەیە، هەریەکەو پێویستی بەوی تریانە لەهەموو کەس زیاتر، ئارامی و دڵنەوایی دێتە دی بەهۆی هاوسەرگیری دروست هەتا خوای گەورە لەئایەتەکانی قورئانی پیرۆز ئیشارەتی پێداوە.

وە لەبەر ئەوەیە سودەکانی هاوسەرگیری دروست و بنەرەتی دەگەرێتەوە بۆ هۆگری و

هەست كردن بەئارامی لەگەڵ هاوبەشی ژیان، وەناكرێت ئەو سوودەش بهێتەدی تەنها ئەگەر هەڵبژێردراوەكەدروست و ڕێكەوتن بێت لەگەڵ كەسایەتیەكی بێ هاوتاو بەخواستی خۆی، وەهاو دەمی بێت لەهاوبەشی ژیانی، بەڵام ئەگەر هەڵبژێردراوەكەی بۆ رازی كردنی خەڵك بێت، یان خۆی وادیار بخات كەئەو كچی فلان كەس و فیساركەسی هێناوە، یان خێزانەكەی بەناو بانگەو.....كچی فلانە.....بەبێ بوونی هیچ خاسیەتێكی هاوبەش لەنێوانیان، بزانە رابواردن و رووخۆشی هیچ بایەخێكی نیە لەگەڵ ئەم جۆرە هاوسەرگیرییە.

بەڵام ئەگەر هەڵبژێردراوەكە وەك هەڵبژێردراوی دۆست بێت بۆ ژیان لەسەر هەمان خاسیەت و خواستی خۆی، بزانە ئەوە دەبێتە دۆستێكی راستی، وە هاورێت دەبێ و هاودەمت دەبێ لەتەنیایی ژیان و شتە بایەخدارەكان و ئەركەكان، وە هاوشانت دەبێ لەكاتی تەنگانە و خۆشیدا وە هەموو كات هەوڵدەدات بۆ رابواردن لەگەڵت و پاراستنی هەست و ویژدانت.

٣- پاراستنی داوێن پاكی:

زۆربەی گیروگرفتەكان كەروودەدەن لەكۆمەڵگادەگەرێنەوە بۆ گیروگرفتی ئارەزومەندێتی لەوانە دەستدرێژی سێكسی یان دزیكردن بۆ دەستكەوتنی پارە، یان هەندێكی تر لەچاو چنۆكی مرۆڤ و چاوتێبرینی، وەپاشان هاوسەرگیری وادەكات بۆ تێركردنی ئارەزووەكانی مرۆڤ ئەمەش لەهەموو ئارەزووەكان لەپێشترە بۆی، وەبەهۆی هاوسەرگیری مرۆڤ تێردەبێت لەكرداری سێكسی، وە ئەمەش لەبەهێزترین ئارەووەكانی مرۆڤە، ئەو كردارەش تێردەكرێت بەرێگای سروشتی، وەلە هەمان كاتدا مرۆڤ لەتاوان دەپارێزێ.

وەئەمەش پێغەمبەر دروودی خوای لەسەربێ رامان دەسپێرێ، وە دەفەرمووێ: ﴿من استطاع الباءة فليتزوج، فانهُ اعض للبصر، وأحصن للخرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فانه له وجاء﴾ رواه البخاري. (هەركەسێ توانی بگەرێتەوە باژن بهێنێ، چونكە چاو دەپارێزێ و دایدەپۆشێ، وەداوێن پاكی دەپارێزێ، وە هەركەسێك نەیتوانی پێویستە بەرۆژووبێت چونكە



ئەوە بۆ ئەو شکۆمەندیە).

وەبەم شێوەیە ئیسلامیش لەپەنای تێرکردنی ئەم ئارەزووە سێکسیە بەخشین و پاداشت دەداتەوە، بەمانای سوودو کەڵك وەرگرتن لەدونیاو سوودوەرگرتن لەدوارۆژ، ئەمەش لەفەرموودەیەکی پێغەمبەر دروودی خوای لەسەربێ لەأبوذە ر (رەزای خوای لەسەربێت) هاتووە: (وفي بضع أحدكم صدقة)،(لەکاتی هەر سەر جێیی کردنێك لە ئێوە چاکەیەك دەنووسرێ). ووتیان: ئەی پێغەمبەری خودا، دەکرێ یەکێك لەئێمە ئارە زوەکانی خۆی دابمرکێنێ‌و پاداشتیشی بۆ بنوسرێ؟ قال:(أرأیتم لو وضعها في حرام أكان علیه فیهاوزر؟ فكذلك اذا وضعها في الحلال كان له أجر) (رواه المسلم). فەرمووی:(ئایا ئێوە نابینن ئەگەر ئەم ئاوە بکرێتە شوێنی حەرام گوناهێکی بۆدەنوسرێ؟ بەهەمان شێوە ئەگەر بکرێتە شوێنی حەلال چاکەیەکی بۆ دەنوسرێ).

وە لەچاکەکانی ئیسلام لەسەرمان لەهەموو کاتێك پاداشتێکی داناوە مادام ئاراستەکراوە لەرێگای خوای گەورە، تاکو کاتەکانی رابواردنی تایبەت بەپیاو لەگەڵ خێزانەکەی چاکەو خێرو پاداشت دەست دەکەوێت بەرامبەر بەوەش تاوانێکت بۆ دەنوسێ ئەگەر لەخراپە بەکار بهێنیرێت.

تێبینیەکی گرنگ:

پیاوی داوێن پیس تاکو سوود ببینێت لەم پاداشتە لەکاتی ئەنجامدانی پەیوەندی سێکسی، لەبەر ئەوەی بۆ داوێن پیس ئەم پەیوەنیە سێکسە دەرازێتەوە لەشتی تاوان، وەخۆی جوان دەکات لەگەڵ هەرکەسێ بۆ ئەم کردارە ناشرینە، وە شەیتانیش لەگەڵ هەردووکیان دەبێت، ئەم پەیوەندیەش لەیەکەم ساتەکانی ئارەزوو وە دڵ تێچون روودەدات کەهیچ جیاوازی نیە لەگەڵ ئارەزووەکانی ئاژەڵان، وە پاش کۆتایی هاتنی ئەم کردارە تاوانکار هەست بەم گوناهە دەکات بەهەستێکی تاوان و پەشیمان بوونەوە، ئەوەش ئەگەر تاوانکار تۆزێك ویژدانی

لەلامابێت،وە ئەگەر توانی لەم جۆرە تاوانە بگەرێتەوە ئەوا سەرکەوتوو دەبێت، وە ئەگەر هەوڵی دا ئەم کردارانە زیاتر لەجارێك دووبارە بکاتەوە ئەوا ویژدانەکەی دەمرێت، وە لەم کاتەشدا تەنها هەوەس و ئارەزووبریار دەدات، بەشێنەیی لەسوارچاکی مرۆڤایەتی دووردەکەوێتەوە، وە لەم خاڵەدا دیارکەوت هاوسەر گیری بۆ ئەوە هاتووە مرۆڤ بپارێزێت بۆ مرۆڤایەتیەکەی، وە لەهەمان کاتدا ئارەزووی خۆی تێردەکات بەبێ زیان یان زەرەر گەیاندن.

٤-منداڵبوون و زۆر بوونی نەوە:

ماڵ و منداڵ رازاندنەوەی ژیانی دونیان، وە بۆ یە لەسودەکانی هاوسەرگیری بەرز دەگەرێتەوە بۆ بوونی منداڵ و مانەوەی وەچەی ئادەمی، وە لە هەمان کاتدا خشڵێکە لەخشڵەکانی ژیانی دونیا، وە بوونی منداڵ چاك بوونی کارێکی چاکە بۆ دایك و باوك دەبێتە هۆی بەختەوەریان لە دونیاو قیامەت، وە منداڵ بۆ دایك و باوك دڵنیایی و ئامانجە، ژیان دەبێتە خۆش گوزەرانی و جموجۆڵ و رازاوەیی، وە منداڵیش بریتی یە لە بەرهەمەکانی هاوسەرگیری، وە بۆیە لەحەدیسەکان باسکراوە کەزۆر بوونی نەوە یەکێکە لەئامانجەکانی هاوسەرێتی، پێغەمبەر دروودی خوای لەسەربێ دەفەرووێت(تزوجوا الودود الولود، فاني مكاثر بكم الامم)رواه أبوداود.

واتە: (هاوسەرگیری بکەن لەگەڵ ئافرەتی خۆش رەفتارو بەسك وزا، وەمن راتان دەسپێرم بەزۆر بوونی نەوەی چاك لەنێو میللەتاندا).

٥-هاوکاری کردن لەسەرچاکەو لەخواترسان:

ژیان کورتە وەپاشان دەبێتە مردن و نەمان، وە ژیانیش جێگای تاقی کردنەوەو کارە، ئەو کارەش پێویستی بە هاوکاری کردن هەیە لەسەر چاکەو ترسان لەخواو کاری چاك، وەپرۆژەی هاوسەرگیری دەگەرێتەوە بەفریاد رەسی لەسەر چاکەو ترسان ئەو هاوسەرییە کەرێککەوت بە هاوبەشی ژیانی چاك و ئیماندار وە بەدڵی ئەو بێت، وە ئەو سود وەرگرێت لەهاندانی بۆ حەزو

ئارەزوو، وە رێنمایی کردنی وە هاورێیەتی کردنی بۆ راسپاردنی فەرمانەکانی، وەداوای یارمەتی دەکات هاوکاری بکات لەرێز گرتن وە کردنی کارە چاکەکان، وە رۆیشتن بەرەو لای خوای دلۆڤان، وە بۆیە هاوسەری ئیماندارو چاکە خواز یەکێکە لە نیعمەتەکانی خوای میهرەبان کەوامرۆڤ لێ ی سوودمەند دەبێت لەدونیاو دوارۆژ.

سوودەکانی هاوسەرگیری بۆ کۆمەڵگا

کۆمەڵگا تەنها بریتی یە لە کۆمەڵێك خێزان و کەسەکان، وە ئەگەر کەسەکە چاك بوو خێزانەکەش چاك دەبێت، وە ئەگەرخێزانەکەش چاك بوو کۆمەڵگایەکەش چاك دەبێت، بۆ ئەوەی کۆمەڵگا بەرزترین پلەکانی سەقامگیری بەدەست بهێنێ پێویستە کەسەکان لە پەیوەندیەکی خێزانی باشدابن، وە لەو پەیوەندیە پیرۆزانەش هاوسەرگیریە، بۆیە هاوسەرگیری وە پێکهێنانی خێزان فەرمانێکی پێداویستیە بۆ سەلامەتی و ئاسایشی کۆمەڵگا، هەرچەندە گەنجان لەکارێکی گونجاو ژن دەهێنن و دەبەسترێنەوە بە خێزان، وادەکات گەندەڵی و لەخۆبایی بوون و کوشتن و دزی و تاوان کەم بێتەوە، وە دەستدرێژی و لادان و نەبوونی ئاسایش و خۆکوشتن و خۆ بێهۆش کردن ئەمانە سەرژمێریەکان دیاریان کردووە کە زۆر بەی ئەم کارانەی کەروودەدەن لەو کەسانەن کەبێبەشن لەبوونی خێزان و باوەشە گەرمەکان.

وە بۆیە هاوسەرگیری بۆ پرۆژە گرنگەکان دەگەرێتەوە بۆ بنیات نانی کەسایەتی و کۆمەڵگا، وە هێنانەکایەی خۆشەویستی و دلارامی بەزەیی بۆ تاکەکەس، وە هێنانەدی زۆر بوونی وەچە، بۆ پاراستنی کۆمەڵگا، وە ئەم پرۆژەیەش سوودو کەڵکی زۆری هەیە. وە بۆ ئەوەی خەڵك باشترین سوود بێنێتەدی لەهاوسەر گیریدا، دەبێت بزانێت چۆن بەختەوەری بەدەست دەهێنێت لەهەموو قۆناغێك لەقۆناغەکانی؟ ئەمەش لەوەرزەکانی دادێ نیشان دەکرێ، بەڵام پێش گواستنەوەت بۆ وەرزی داهاتوو پێویستە لەسەرت ئامانجەکەت لەهاوسەرگیریدا جێگیر بکەیت، وە لەم خشتەیەدا بینوسەوە:



ئامانجەکانم لەهاوسەرگیریدا

لەدوارۆژ	ئامانجەکانم لەدونیا

بەکورتی:

ئیسلام دینێکی تەواو وپوختە بۆ هەموو بارەکانی ژیان، وە ئیسلامیش هاتوە بۆ ئەوەی خەڵك لە تاریکی دەربهێنێت بۆ روناکی، ئیسلام تەنها بۆ ئەوە هاتووە تاکو ببێتە رەحیم وبەزەیی بۆ هەموو جیهان، وە دوایی ئیسلام بنچینەو بناغەی دارشتووە کەهاوسەر گیری لەسەری بیات نراوە، وە بۆ هاوسەرگیریش سوودی زۆری وەك خۆشەویستی و دڵنەوایی و میهرەبانی داناوە، وە مرۆڤیش خۆی ژیانی پریەتی لە بەختەوەری راستەقینە.

پاشان هەموو زانستە مرۆڤایەتیە کان هاتن ئەم چەمکەیان سەلماند کەوا ئارەزووی مرۆڤ لە تێرکردنی پێداویستیەکان و هێنانەدی ئارامی لەخودی خۆی وەلەکۆمەڵگاکەی، وەلەم چەمکانەی کەوا لێکۆڵینەوە لەسەر کراوە بەفراوانی دیاردەی خۆشەویستیە، وە ئایا خۆشەویستی کلۆڵیە یان بەختەوەری وە رون بۆتەوەخۆشەویستی ئەگەر هاوسەرگیریەکەی لەسەر هێزو تواناپێك هات ئەوا بەختەوەریە وە ئەمەش لەسوودەکانی هاوسەرگیری مەزن.وە هەندێك سودی تریشی هەیە وەك:

١-سەربەخۆ بوون.

٢-لێبووردەیی ژن و مێرد.

٣-رابواردن و پشوو.

٤-منداڵبوون و زۆر بوونی وەچە.

٥-هاوکاری کردن لەسەر چاکەو ترسان لەخوا.

٦-لەگەڵ هەندێك سوودی تر بۆ کۆمەڵگا بەشێوەیەکی گشتی.

خۆت تاقی بکەرەوە:

ئەوەی دێت کۆمەڵێك ڕێنمایین پێویستە لەسەر خۆت جێ بەجێیان بکەیت، ئەگەر بەتەواوی ئەگەر لەسەری ڕێککەوتبووی ئەوا نیشانەی (بەڵێ) لەژێر هەڵبژێر دراوەکە دابنێ، وە ئەگەر هاتوو لە هەڵبژێردراوەکەت ڕا بوویت نیشانەی (هەندێ جار) لەژێری دابنێ، وە ئەگەر ڕێکەوتوو نەبووی ئەوا نیشانەی (نەخێر)لەژێر هەڵبژێردراوە کە دابنێ.

ز	ڕێنمایی	بەڵێ	هەندێ جار	نەخێر
١	ئامانجێکی جێگیر دادەنێم لەهەموو هەنگاوێك لە هەنگاوەکانی ژیانم.			
٢	کارە پیشەکیەکانم لەژیان ڕێك دەخەم.			
٣	پیلانێك دادەنێم بۆ ڕێکحستنی کاروبارەکانی ژیانم.			
٤	هەست دەکەم من لە قۆناغەکانی ژیانم خۆش گوزەرانی و سەرکەوتن بەدیدەهێنم.			
٥	ئامانجەکانی هاوسەرگیری باش دەزانم.			
٦	تێدەکۆشم بۆ زۆر کردنی پێداویستیەکانم بۆ هاوسەرگیری.			
٧	سودەکانی هاوسەرگیری باش دەزانم.			
٨	هیوادارم شانسم هەبێت بە ئافرەتێکی ڕێك و پێك.			

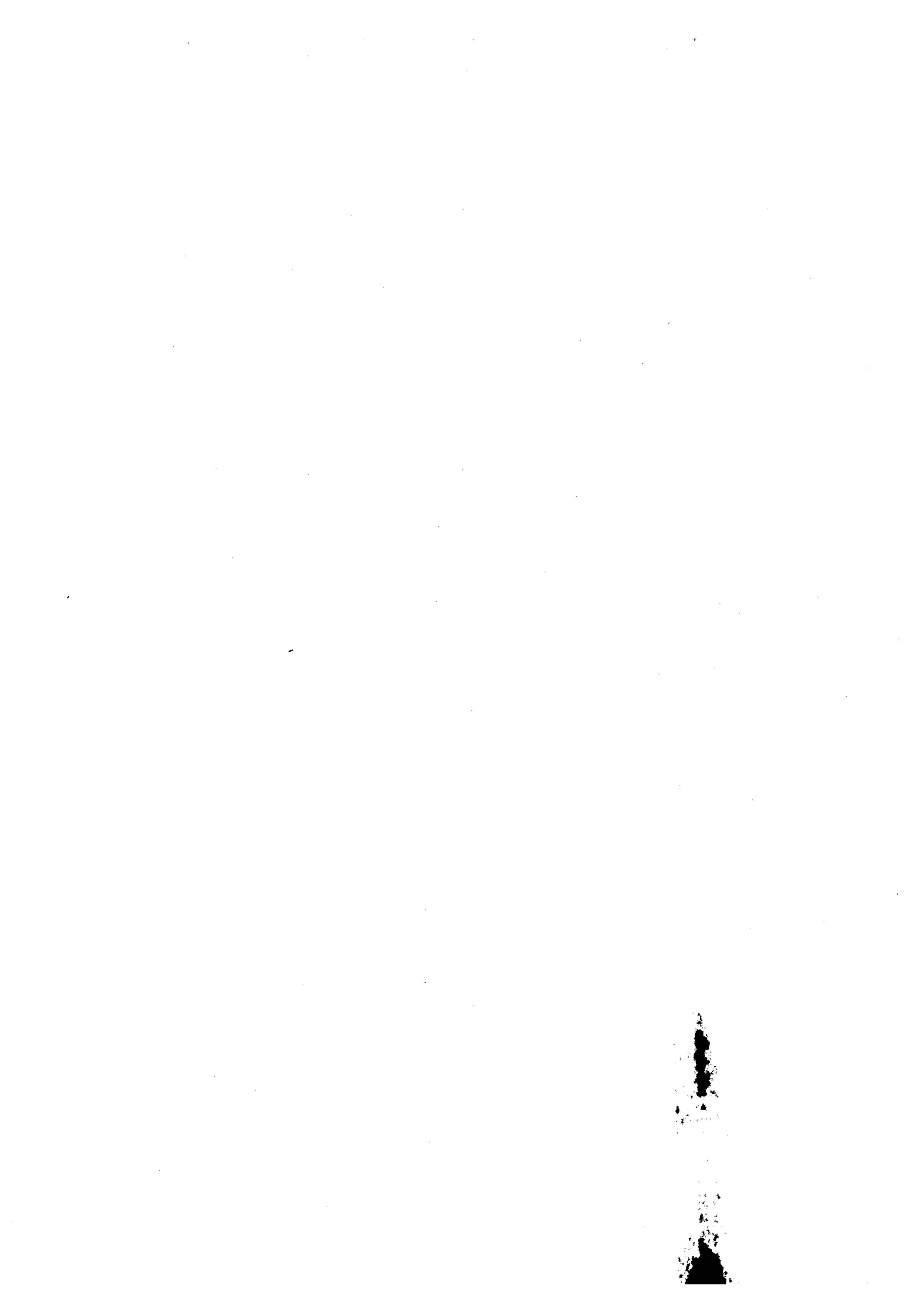


هەڵسەنگاندن:

ئەگەر هاتوو هەڵبژێردراوەکەت بەوەلامی (بەڵێ) بوو ئەوا دوو پلە بەدەست دەهێنی، وە ئەگەر هاتوو هەڵبژێردراوەکەت بەوەلامی(هەندێك جار) بوو ئەوا یەك پلە بەدەست دەهێنی، وە ئەگەر هاتووەلامی هەڵبژێردراوەکەت (نەخێر)بێت ئەوا هیچ شتێك بەدەست ناهێنیت.

وە دەکرێت خۆت هەڵسەنگێنی وەك ئەمەی خوارەوە:

پلە	جۆر
لەسفر- ٤ پلە	تۆ ئامانجەکانت باش جێگیر ناکەی، وە نازانی چۆن پێش دەکەوی لەسەر کارەگرنگەکان.
لە ٥-٨ پلە	تۆ لەسەر یەکەمین ڕێگای بەختەوەریت لەگەڵ یەکەم هەنگاو لەژیانی هاوسەرگیری، پێویستت بەزانیاری زیاترە
لە٨-١٢ پلە	تۆ لەسەر ڕێگادەرۆیت، بەلاّم هێشتا کۆسپ هەیە لەقۆناغی جێگیرکردنی ئامانجەکان لە هاوسەر گیری.
لە١٢-١٦ پلە	تۆشایانی ئەوەی هەنگاو بهاوێژی لەسەر ڕێگای بەختیاری هاوسەرگیری وە پێویستە لەسەر بەردەوام بیت،وەگواستنەوەبۆهەنگاوێکی تر



بەشی دووەم

هەڵبژاردنی هاوسەرو ماوەی خوازبێنی کردن

- خۆئامادەکردن.
- ووریایی لەم قۆناغەدا بەختەوەری بەدەست دەهێنێ:

یەکەم: هەڵبژاردنی هاوبەشی ژیان.
دووەم: راستێتی لەمارەکردن ئاهەنگەکانی بووك گواستنەوە و دیارییەکان.
سێ یەم: دووری لەخزم لەهەڵبژاردنی هەوسەر.
چوارەم: سوور بوون لەسەر پەیوەندی چاك لەو ماوەیەدا کە پێچەوانەی شەرع نەبێت.
پێنجەم: راشکاوی بەهەمووشتێك بۆ لایەنی تر لەو ماوەیەدا.

-گرێبەست
-هەڵوەستەیەك لەگەڵ خود پێش ژن هێنان.
- پەیوەندی نێوان گرێبەست وشەوی بووکێنی.
- پەیوەندی نێوان هەڵبژاردن بۆ ئافرەت و بەختەوەری هاوسەرگیری.
- پەیوەندی نێوان هەڵبژاردن بۆ پیاو و بەختەوەری هاوسەرگیری.
- پوختە.
-خۆت تاقی بکەوە.

- خۆ ئامادە کردن:

ماوەی خوازبێنی کردن ماوەیەکی گرنگە لەسەرەتای ژیانی هاوسەرگیری، وە سەرەتاو بنچینەکەی دەگەڕێتەوە بۆ ئەو کەسەی کەپێشتر ژیانی هاوسەرگیری لەسەر بنیات ناوە، وە ماوەی خوازبێنیش ماوەی یەکترناسین و ڕێککەوتن و نزیك بوونەوەیە، وە بۆ ئەوەی ئەو ماوەیە نیەت و مەبەستێکی باش پێك بێت بۆ بەختەوەری هاوسەر گیری، وە دوور کەوتنەوە بەپێ ی توانا لە گیرو گرفتەکان کە بایەخدارن لەژیان.

- ووریایی لەم قۆناغەدا بەختەوەری بەدەست دەهێنیّ:

بۆ هەموو قۆناغێك کاری گرنگ وە ئەرك و ووریایی هەیە پیّ ویستە گرنگیان پیّ بدرێت هەر کەس دەیەوێت بەختەوەری لە ژیانیدا بەدەست بهێنیّ، وە لە ئامۆژگاریە گرنگەکان بۆ داهاتوو لەسەر ئەم قۆناغەی خوارەوەیە:

یەکەم: هەڵبژاردنی هاوبەشی ژیان:

خۆ ئامادەکردن بۆ ژیانی هاوسەرگیری سەرکەوتوو دەست پیّ دەکات لەگەڵ یەکەمین هەنگاو، ئەویش هەڵبژاردنی هاوسەرە، وە لێرە گەنج خۆی دەبێنێتەوە لەشلەژان و بەتەنگەوەهاتن چونکە لە بەختەوەریەکی ڕاستەقینە دەژیت، وە وا بیر دەکاتەوە کە ئەو لەماڵی هاوسەریەتیە، وە لەخەیاڵی نوستن و داڵغەلێدان دەژیت لەگەڵ کچە خەیاڵیەکەی، وە هەردەم وای بەبیر دادێت زۆرێك لەو خاسیەتانەی کەئومێدەوارە هەبێت لەوەی کەلەگەڵی دا دەمێنێتەوە، وەشپرزەیی ڕۆژانێکی زۆر بەخەیاڵ لەگەڵیدا دەژیت، وە مانای جوانی ڕاستەقینە نازانیّ، یان نازانێت بەختەوەری ڕاستەقینە لەکوێدادەبێت. وە هەندێکی تر بیرو باوەری وایە کە بەختەوەری هاوسەرگیری لەزۆری سامان دایە، وەبەدەست هێنانی سامان بەرێگایەکی سانا

بەبێ ماندوو بوون و هیلاکی یـان کۆشـش کـردن لـەژیان، وە دەگـەرێت بـەدوای ئـافرەتێکی دەوڵەمەند چونکە وابیر دەکاتـەوە کـە ژیـان لەگـەڵ بەختـەوەری و دڵنیـایی و دوارڕۆژێکـی بریقەدار بەدەست دەهێنێ. وە هەندێکی تر کەوا لەقووڵایی هەستیان دایە کەخزمایەتی کردن لەگەڵ خاوەنی بنەماڵەو وەچاحزادە ئەوەی بیەوێ لەدونیادا بەدەسـتت دەکـەوێ، کەچـی ئـەو نازانێ کەچ کارەساتێك خۆی شاردۆتەوە وە دوا ڕۆژیش چۆن خۆی پەنهان کردووە.

وەئێستا پاش ئەو هەموو هەڵبژێردراوە جـۆراو جۆرانـە، کامەیـە هڵبـژێردراوی ڕاسـت و دروست کەوا ئەوەی بیەوێت لە بەختەوەری هاوسـەر گـیری بەدەسـتی دەهێنێـت؟ ئایـا هـیچ بەڵگەیەك لەسەر ئەمە هەیە؟ پێغەمبەری ئیسلام درودی خوای لێ بێت لە حەدیسێکی پیرۆز ئامۆژگاریمان دەکات دەفەرمووێ:(تنكح المرأة لأربـع: لحسبها ومالهـا وجمالهـا ودينهـا، فـاظفر بذات الدين تربت يداك) (رواه البخاري).(ئـافرەت داخـوازی دەکرێـت لەبـەر چـوار شـت: بـۆ وەچەخزادییەکەی وە سامان وە دەوڵەمەندیەکەی، جوانیەکەی وە ئایینەکەی، جاچنگی خـۆت لەئاینەکە گیرکە دەستەکانت بەپیت و بەرەکەت دەبێ).

وەلێرەدا پێغەمەر درودی خـوای لەسـەربێ بۆمـان ڕوندەکاتـەوە هەڵبـژاردنێکی تـر زۆر لەگەنجان بە ئاگادێنێنێتەوە، بریتییە هەڵبژاردن لەسەر بنچینەی ئاین و خورەوشـت، ئـەوەش ئاراستەیە بۆ ئەو گەنجانەی کە بەدوای هاوسەردا دەگەرێن، هەیە داوادەکـات خـاوەنی مـاڵ و سامان و جوان بێت، یان شـتی تـر، وەئـاین لـەبیردەکات، وە لـەدوارۆژی ئـەودا ئـافرەتێکی پەیوەست بەبیرو باوەری ئاین دانیە، کەوا لە خوای گەورە دەترسـێت لـەکاتی سـەودا کردنـی لەگەڵ مێردەکەی و تاکەکانی خێزانی وە زیانیان پێ ناگەیەنێت، وە دەبێتەهاوسـەرێکی چـاك بۆی وە چاودێری دەبێت لەکارە ساتەکانی ژیان.

وەعومەری کوری خەتابیش ڕەزای خوای لەسـەربێ دەفـەرمووێت: ئافرەتـان سـێ جـۆرن: ناسك، داوێن پاك، موسڵمانە، خانەوادەکەی دادەمـەزرێنێ لـە خـواردن و گـوزەران، ژیـان و گوزەران دیارناکات لەسەر خانەوادەکەی، وە هەندێك ئازووقەو خەزێنـەن بـۆ منـداڵ، وە سـێ

یەمیان تووندوتیژو بەرق و كینەن وەك ئەسپێ وان خوای گەورە دەیخاتە گەردنی ئەو بەندەیەی كەخۆی دەیەوێت. وەبۆیە یەكەمین هەنگاوی هاوسەرگیری سەركەوتوو بریتی یە لـە چۆنیەتی دەستنیشانكردنی هاوسەری ژیان، كە هەنگاوێكی گرنگە لە سەرەتای رێگـا بـۆ پێكهێنـانی ماڵێكی ئارام، بۆیە پێویستی بە لەسەرخۆیی هەیە نـەك پەلـەكردن، وە وەرگرتنـی كـاتێكی پێویست بۆ بیركردنەوە، وە ئەگەر بریارت دا خێزانێك و ماڵێكی هاوسەرێتی بەختەوەر لەگەڵ شەریكی ژیانت پێك بهێنیت بگەرێ بەدووای ئافرەتێكی خورەوشت بەرزو ئاقڵ و هێمن، ئـەم زانیاریانەشـت بـۆ تـەواو دەبێـت لـەكاتی زانینـی خۆرەوشـتی بنەماڵەكـە وەپورەكـانی وەخوشكەكانی، زۆربەی جار دەكرێت خورەوشت وەك یەك بن لەنێوان تاكەكانی یـەك خێـزان، بەلاّم ناتوانی ئافرەتەكە بناسیت ئایا خراپە یان خورەوشتی باشـەتەنها پـاش هاوسـەرێتی، وە لەوانەشە ئافرەتی خراپ نەبێت لەوەی كە باسـكراوە لـە فەلسـەفەی داوود: (ئـافرەتی خـراپ وەكو تۆڕی راوچی وایە كەس لێ ی دەرباز نابێت تەنها ئەو كەسەی خوای لێ رازی بێت).

بەلاّم بەنیسبەت بۆجوانی روخساری دەرەوەی ئەمە شتێكی بنەرەتی نیە بۆ هاوسەرگیری، یان زۆر سەرەكی نیە لە بەدەست هێنـانی بەختـەوەری هاوسـەرگیری، وەسـەركەوتنی ژیـانی هاوسەرگیری پشت نابەستێ تەنها بەجوانی هاوسەرەكە، لەهەمووی باشتر دەستنیشان كردنـی مام ناوەندیەك لەجوانی و سەلامەتی لەنەخۆشی و هەر كەموو كووریـەك بـەپێ ی توانـا، وە سەلامەتی هەر كۆسپ و تەگەرەیەك ببێتە هۆی قەدەغەكردنی منداڵبوون لەدووایدا، بۆ زانـین منداڵبوون دەرامەتێكە لەلایەن خوای پەروەدگارەوە دەیداتە ئەو كەسەی كە ئەو بیـەوێت. وە ئەوەش كە پێغەمبەرمان درودی خوای لەسەربێت كەئەنەس ریوایەتی كردووە رێنمایمان دەكات و دەفەرموێت: پێغەمبەر درودی خوای لەسەربێت فەرمان دەكات بەژن هێنان و شووكردن، وە زۆر بەتوندی شوونەكردن رەت دەكاتەوە.

وەلـە بنچـینە سـەرەكیەكانی هاوسـەرگیری سـەركەوتوو هەڵبـژاردنی ئـافرەتی خـاوەن رەسەنایەتی و بنەماڵەیی و بەخشندەبێت بۆ مێردەكەی تاوەكو شانازی بەسـەریانەكاو، خـۆی

بەگەورەتر لەو نەزانێت، یان عەیبی لێ نەگرێت بەو هۆیەی کە لە بنەماڵەیەکی بەخشندە نیە، وە دەبێت لەتەمەنیش نزیك بێت لـێ ی، باشـتروایە تەمـەنی پیـاو گـەورەتربێت لەتەمـەنی ئافرەتەکە لەنێوان چوار تا دەساڵ، وە پێویسـتە ئافرەتەکـەش کـاری ناومـاڵ بـاش بزانێـت و دەست بڵاوو خۆش گوزەران نەبێت،چونکە ئافرەتی خۆشگوزەران ناچێتە مەتبەخ وە هەڵناسـێ بەکارو باری ناوماڵ، لەوانەیە گیرو گرفت روودات لەکاتێکدا پیاوەکـە نـەتوانێت خزمـەتکار بەکرێ بگرێت.

پێویسـتە پیـاو پێـداگیری بکـات لەسـەر دەسـت نیشـانکردنی ئـافرەتێکی رۆشـنبیر لەزانستەکەی و لە رەوشتەکەی، وە نەزان و کەم زان هەڵس و کەوتیان باش نابێـت لەزۆربـەی کارەکاندا، وە ناتوانێت منداڵەکانی وەکو یەك پەروەردە بکات، وەناتوانێت یارمـەتیان بـدات لەکاروانی ژیانی قوتابخانە و رۆشنبیریان، بەپێچەوانەوە ئەم خێزانە ناجێگیر و ئیفلیج دەبێـت، چونکە لەسەر رێرەوێکی نەزانانە حوکم لەسەر کارو بارەکان دەکرێت، وە ئافرەتەکەش دەبێتـە دوژمنی پیاوەکەو منداڵەکان، وە ئافرەتێك هیچ رۆشنبیرییەکی گشتی و تایبـەتی نـەبێت لـە چۆنیەتی مامەڵەکردن لەگەڵ پیاوەکەی یان خەڵکی تر، وە هەروەها هیچ سەلیقەیەکی نـەبێت لەزانینی تایبەتمەندییەکانی منداڵەکان، وەچۆن تێیان دەگەیەنێ و کێشـەکانیان بـۆ چارەسـەر دەکات؟

وە لەسەسەر داواکاریش پێویستە بەدوای ئافرەتێك بگـەرێت رێـز لـەژیانی هاوسـەرگیری بنێت، وە ناودەبرێت بەهاوکاری و لێبوردەیی و رەزابوون، ئەمەش لەنیشانەکانی بەختەوەریە، وە بەختەوەری خێزانیش بریتی یە لە رازی بوونی قەدەری خودای میهرەبان بۆ بەنـدەکانی، وە لێبووردەبێت بەرامبەر ئەوکەسەی لەژێردەستتدان، وە ئارام گرتنیش لەسەر نەهامەتی.

تێبینیەکی گرنگ:

ئەوەی دەگەرێت یان داوا دەکات بۆ هاوسەرگیری پێویستە بزانیت کە دەستکەوتن لەسەرهاوبەشی ژیانێکی نمونەیی لەسەر هەمووشتێك قورس و گرانە، هیچ مرۆڤێك نیە لەهەموو بوارەکان هاوتاو بێ کەمووکووری بێت جگە لە پێغەمبەردرروودی خوای لەسەربێت، بەلام هاوسەرگیری سەرکەوتوو ئەوەیە کە سوود وەربگرێت لە پێکگەیشتن و رێکەوتن لەنێوان ژن ومێرد، وە دادپەروەری لە پەیوەندی هاوسەرێتی، لەوانەش باش مامەڵەکردن، وە دەر خستنی خۆشەویستی لەنێوان هەردوولا.

ئامۆژگاری:

با دوور کەوینەوە لەسەر هەڵبژاردنی نمونەیی، چەندێك لەگەنجان هەروا دەگەرێن بەدوای هاوسەری نمونەیی لەهەمووشتێك تاکو تەمەنیان بەسەر دەچێت و دەچنە ساڵەوەوە وا خۆیان دەبیننەوە کە ناتوانن ببنە شایەنی ئەوەی هاو سەر بدۆزنەوە، وە کاتێك ویستیان دەست هەڵگرن لە هەندێك سیفات ئەوکاتەی بۆی دەگەران ئەمجارە دەبینن رەتکردنەوەکە لەلایەنی تردوە دەبێت، چونکە لەگەڵ چونە ساڵەوە گونجاو نابێت بۆیان، وەلە دواییدا دیاری بکەو خاوەن چاکەبەو پشت بەخواببەستەو دەستنیشان بکە، وەبزانە مادام تۆ مەبەستت چاکەیە باش بزانی کەخوای دلۆڤان پشت و پەنات دەبێت وریّ ی راستت پیشان دەدات.

دووەم: راستستییێتی لەمارەکردنەکان و ئاهەنگی بووك گواستنەوەکان و دیارییەکان:

داب و نەریتە بۆ ماوەکان لەهاوسەرگیری و مارەکردنەکان و دیارییەکان یەکێکن لەکارەکانی یارمەتیدەر لەسەر تێکچونی ژیانی ژن و مێرد لەکاتەکانی دواییدا بەدیاردەکەوێ، یان هەر نەبێ لەو کارانەیە کەوا رووناکی بەختەوەری لێڵ دەکات، بارگرانی

کردنی سەر شانی پیاو بەمارەکردنی لەرادەبەدەرو ئاهەنگی بووك گواستنەوەی هیلاك لەنرخی تێچونی پارە تەنها بەکەساسی و خەم و ماندووبوون دەگەرێتەوە بۆ سەر ژیانی ژن و مێردایەتی، بۆیە دەبێت مارەکردن و ئاهەنگ گێرانەکە یەك بگرنەوەو لەگەڵ باری سەرشانی پیاوەکە گونجاوبێ، تاوەکو هێوورکردنەوەی دەروونی بەدەست دەهێنن، وە هۆشی پشوویێك بدات، وە دڵیشی دڵنیابێت، تاوەکو پێشوازی ژیانێکی بەختەوەرانە بکات بە فەرحنایی و هەوەس و ئارامی و رەزابوون.

وە هەروەها ئەمەشیان هاوشێوەیە لەسەر ئەو دیارییانە کەلە ئاهەنگی بووك گواستنەوە و بۆنەکاندا کەلە پێش و دواییدا دەکرێت، وا پێویستە بەگوێرەی داهاتی پیاوەکە بێت، ئەوەش لەبەرژەوەندی ئافرەتەکەدا نی یە کەزۆر پێدابگیرێ و داوای شتی گرانبەهاو زیاتر لەتوانای پیاوەکە دابێت کە زروفەکەی بواری ئەو شتانەی تیا نەبێت، داواکردنی شتی زیاتر سەرەتای رێگای دەرچوونە لە بەختەوەری خێزان کە لەدواییدا دەردەکەوێت، چونکە هەڵوێستی نەرێنی دەنیشێت کە لەسەرەتای یەکترناسین.

مارەیی لە ئیسلامدا:

مارەیی: بریتی یە لەوەی کە دەدرێتە ئافرەت بۆ سەرفرازی و پێکەوە ژیان لەنێوانیان، وە بریارەکانی واجبە، خوای گەورە دەفەرمووێ: ﴿وَآتُواْ النَّسَاء صَدُقَاتِهِنَّ نِحْلَةً﴾. النساء:٤) (ئێوە مارەیی یەکان بدەنەئافرەتەکان وەك رێز لێنان و بیروباوەر) وە پێغەمبەردروودی خوای لەسەر بێ دەفەرمووێت: (التمس ولو خاتما من حديد (رواه البخاری).(داوای مارەیی بکەن ئەگەر ئەڵقەیەکیش بێت لە ئاسن).

حوکمەکانی مارەیی:

لە حوکمەکانی مارەیی ئەمانەی خوارەوەیە:

١-وا باشترە لەسەری سووك بکەی یان کەمی بکەیتەوە، بۆیە پێغەمبەر دروودی خوای لەسەربێ دەفەرموویێت: (أعظم النساء بركة أيسرهن مئونة) رواه أحمد.(بەرێزترین ئافرەتی پرخێر ئەو ئافرەتەیە مارەیی و داواکاریەکەی کەمترو ساناتربێت).

٢-ناولێنانەکەی دادەنرێت لەگرێبەستەکەدا.

٣-پەلەکردنەکەی دادەنرێت لەگەڵ گرێبەست، وە دواکەوتنەوەکەی راست دەکرێتەوە یان هەندێکی دوا دەکەوێت بۆ دوایی.

سێ یەم: دووری لە خزمایەتی لە هەڵبژاردنی هاوسەر:

لە رێنماییەکانی ئیسلامی کارامە لە هەڵبژاردنی هاوسەر پەسندکردنی هاوسەری بیانی لەسەر ئافرەتی خانەوادە و خزمایەتی، سوور بوون لەسەر منداڵ بوون، وە دەستەبەری بۆ سەلامەتی بەدەنی، هاوسەرەکە لە نەخۆشیە کاریگەرەکان و ناتەواوی بۆ ماوەییەکان، وە فراوانی بۆ بازنەی یەکتر ناسین، وە زیاد بوونی پەیوەندیە کۆمەلایەتیەکان.وە بۆیە پێغەمبەر دروودی خوای لەسەربێت ئاگادارمان دەکاتەوە لە هاوسەرگیری کردن لە گەڵ خزم و خۆیش دا،وە لەئاگادارکردنەوەکانیشی دەفەرموویێت:(لاتنكحوا القرابة، فان الولد خلق ضاوياً)، وقوله (اغتربوا ولا تضووا).دەفەرموویێت(ئافرەتی خزم مارەمەکەن، چونکە منداڵەکە بەلەرو لاوازی لەدایك دەبێ) وەدەفەرموێت (دوورکەونەوە پەنا مەبەنە بەر ئەم کارانەوە منداڵەکانتان کەم ئەندام و لەرو لاواز مەکەن).

وە زانستی بۆ ماوەیی نوێ سەلماندویەتی کە ژن هێنان لەناو خزم و کەس کۆرپەلە لاواز دەردەچێت لە بواری لەش و لار، وە لەبواری زیرەکیش، منداڵەکان خاسیەتی زگماکییەکی نەویستراوی بۆ ماوەیی دەبن وە نەریتە کۆمەلایەتیەکانیش ناپەسەند دەبن، وە نەوەکە

کەتوشی پێداویستی تایبەتی پووکاوە دەبێ.ئەو راستیەش پێغەمبەری ئیسلام درودی خوای لەسەربێت لەوەتەی چواردە سەدە پێش ئەوەی زانست بێت بریاری لەسەر داوەو راستیەکانیش بەچاو دەبینرێن. وە ئەوەش موعجیزەیەکە بۆ پێغەمبەری مەزنمان درودی خوای لەسەربێت کە دەخرێتە سەر موعجیزە نایابەکانی ترو تاقی کردنەوە راستگۆیەکانی، کەچی تاکو ئێستاش زانست بەدوایدا دەگەرێ، وە پێغەمبەری خودا راست دەفەرموێ و بە ئارەزووی خۆی هیچ ئاخاوتنێك ناکا.

تێبییەکی گرنگ:

تێبینیەکم لەبەر دەستدایە بەهۆی لێکۆڵینەوە و کۆڵنەدانم دەربارەی کۆمەڵگا، زۆر بەی ئەو گیرو گرفتانەی لەنێوان ژن ومێرد روودەدەن بە هۆی داخوازی خزمەکانەوەیە، وە وا چاوەروان دەکرێ مامەڵەکردن بە شێوازێك بێت و کارەساتەکانیش بەشێوازێکی تربێت، وە هەندێکی تر لە کێشەکان دەروونین وەك شەرم کردن، وە هەندێ جار ئەم کارە دەگاتە کۆسپ لەئەنجامدانی پەیوەندی سێکسی، وە زۆرێك لە کێشەکانی کۆمەلایەتی و دەروونی تر. بۆیە واباشترە دەست نیشان کردنی هاوسەر لە دەرەوەی سنوری خێزانەوەبێت، تاوەکو دەروونمان روون بێتەوە لەم جۆرە کێشانەی بەدوایدا دێن.

چوارەم: سوور بوون لەسەر پەیوەندی چاك لەو ماوەیەدا کە پێچەوانی شەرع نەبێت:

پێویستە هەموو داواکاریەك لە سەر هاوسەرگیری بزانیت کەئەو پرۆژەیە پرۆژەی ژیانە، ئەگەر هاتوو وەستاو بێت لەسەر خۆشەویستی و بەزەیی و لێك نزیك بوونەوە بەمەر جێك دەرنەچێت لەسنووری شەرع ئەمە دەبێتە کۆڵەگەی بەختەوەری لە داهاتودا، چونکە هەرشتێك لەسەر راستی بنیات بنرێت هەر بەراستیش دەمێنێتەوە بەپشتیوانی خوای گەورە. وە پێش گرێبەستی شەرعی ئافرەتەکە بە بیانی دادەنرێت لەلای داواکار، وە بۆیە نابێت لەگەڵی بێت و

بەئارەزووانە دەستی لێبدرێتو نەماچ کردنیش، وە ناشبێت سەیری بکرێت تەنها روخساری وە هەردوو دەستی لە بەدەنی ئافرەتەکە، وە نابێت بەتەنها لەگەڵی دابیت، یان هەر شتێك لەو جۆرانە، جگەلەوەی کۆمەڵگا یەکتری ناسیوە لەم رۆژانەدا، بۆیە ئاگادار بە بۆ داواکارو داواکراو هەڵنەخلیسکێن بەرەو زینا، چونکە ئەگەر سەری شۆرکرد بۆ ئەم کارانە ئەوا ئازارو شەرمەزاری دەیگاتێ زیاتر لەوەی پیاو دەیگاتێ، باشترە لەو گوناحە گەورەیەی کچەکەو کورەکە لەلای خوای گەورە، چونکە ئەگەر کچەکە رازی بوو پێویستی کورەکەی بەجێ گەیاند، ئەوا گاڵتەی پێ دەکات زۆرجاریش بەرەڵای دەکات و وە ك ئەوەی هیچ نەبووە.

بۆیە شەریعەتی ئیسلام جیاوازی داناوە لەنێوان داخوازی و هاوسەرگیری جیاوازیەکی روونیش، چونکە داخوازی مەرج نیە هاوسەرگیری لێ بکەوێتەوە لە ئافرەتێکی دیاری کراو، بەلاّم هاوسەر گیری بەڵگە نامەیەکی باوەڕ پێ کراوە.بەڵگە نامەیەکی توندو تۆڵە، سنورەکان و مەرجەکان وە مافەکان و باسەکانی تێدا دیاری کراوە.

قورئانی پیرۆز لەسەر دووفەرمان گووزەر دەکات وە دەربارەی ئەو ئافرەتانەی پیاوەکانیان مردوون دەفەرمووێ: ﴿وَلاَ جُنَاحَ عَلَيْكُمْ فِيمَا عَرَّضْتُم بِهِ مِنْ خِطْبَةِ النِّسَاء أَوْ أَكْنَنتُمْ فِي أَنفُسِكُمْ عَلِمَ اللّهُ أَنَّكُمْ سَتَذْكُرُونَهُنَّ وَلَـكِن لاَّ تُوَاعِدُوهُنَّ سِرًّا إِلاَّ أَن تَقُولُواْ قَوْلاً مَّعْرُوفًا وَلاَ تَعْزِمُواْ عُقْدَةَ النِّكَاحِ حَتَّىَ يَبْلُغَ الْكِتَابُ أَجَلَهُ﴾ البقرە:٢٣٥.

واتە: (هیچ گوناهێکتان لەسەر نییە لەوەی بەناراستەوخۆ خوازبێنی ژنانی مێرد مردوو بکەن ، کەهێشتا ماوەی دیاریکراویان تەواو نەبووەو دروست نییە شووبکەنەوە، یاخود لە دڵی خۆتاندا بڕیاری خوازبێنیتان دابێت، خوای گەورە بەراستی زانیویەتی کە ئێوە لەمەودوا ناویان دەبەن و باسیان دەکەن، بەلاّم نەکەن بەنهێنی بەڵێنیان لێ وەربگرن ، مەگەر بەشێوازی گوفتارێکی چاكو دروست و باو نەبێت، نەکەن بڕیاری تەواو مارە برینیان بدەن هەتا ماوەی دیایکراو تەواو نەبێت).

وە داخوازیش هەرچەندە پرو پاگەندەی دەربارەی بکرێت هێشتا نابێتە هۆی دڵنیابوون و

جێگیربوونی کارەکە، وە داواکاریش هیچ مافێکی لەسەر داخوازنیە بۆی ئەنجام بدات،تەنها دەست بەسەر داگرتنی داخوازیەکە بۆ ئەوەی ئاگاداربکاتەوە کە هیچ داواکارییێك داوای پێشکەش نەکات. ئەوەی گرنگە لەم داخوازیانە لەلای داواکار تاوەکوو هاوسەرگیریەکە تەواو دەبێت، وە ئەوەی ئافرەتیش ناگوازرێتەوە بۆ بازنەی هاوسەرگیری تەنها بەگرێبەستێکی شەرعی دروست، وەکو کۆڵەگەی بنەرەتیش لە گرێبەست بریتی یە لەوەلاّم دانەوەو رازی بوون، وەلاّم دانەوە و رازیبوونیش دەربرینێکی دەسەلاّت پێدراوو زانراوە لە یاساو شەرع دا.

وە ئەگەر ئەو گرێبەستە بە وەلاّم دانەوەو رازی بوون نەهاتەدی، وە هاوسەرگیریش نەیاسایی وەنە شەرعی وەنە رێپێدراو نابێت، وە داخوازیش بە بیانی دەمێنێتەوە نابێت لەگەڵ داواکار بەتەنهابێت، وە نابێت سەفەریشی لەگەڵ بکات بەبێ کەسێکی نزیکی وەك باوك یان برا، وە لەو بڕیارە زانراوە شەرعیەی کە هەیە ئەگەر داواکار گرێبەستەکە هەڵبوەشێنێتەوە بەبێ ئەوەی بچێتە لای پێویستە لەسەری نیوەی مارەیی یەکەی بدات، خوای گەورە دەفەرموویێت: ﴿وَإِن طَلَّقْتُمُوهُنَّ مِن قَبْلِ أَن تَمَسُّوهُنَّ وَقَدْ فَرَضْتُمْ لَهُنَّ فَرِيضَةً فَنِصْفُ مَا فَرَضْتُمْ إَلاَّ أَن يَعْفُونَ أَوْ يَعْفُوَ الَّذِي بِيَدِهِ عُقْدَةُ النِّكَاحِ﴾. البقرە:٢٣٧. واتە: (ئەگەر ئێوە ئافرەتە کانتان تەلاّق دا پێش ئەوەی بچنەلایان لە کاتێکدا ئەو مارەیی یەی لەگرێبەستەکەدا بۆ ئەوانتان دانابوو پێویستە لەسەرتان نیوەی مارەییەکە بدەن بەئافرەتەکە مەگەر لێتان خۆشبن یان ئەوکەسەی گرێبەستی مارەییەکەی بەدەستە لێتان خۆشبێ).بەلاّم ئەگەر داواکار دەستگیرانەکەی بەجێ هێشت پاشماوەیەك کەم یان زۆر هیچی لەسەر پێویست نابێت تەنها ئەوەی خورەوشت و داب و نەریتەکان لەلۆمەو سەرزەنیشت واجبی دەکات، ئەوەش چۆن دەبێت حاڵەتەکەش ئاوایە ئەوەی ئاشکرا دەکرێت بۆ خوازبێنیکار ئاشکراش دەکرێت بۆ بەڵێندەرەکە وەك و یەك.

ئامۆژگاری بۆ کچ:

وریابە لەو گەنجانەی گاڵتەت پێ دەکەن لە قۆناغی داخوازی، بەپێ ی توانا هەوڵ دەدات بچێتەمالآن و چیرۆکەکانی خۆشەویستی و حەز لێکردن بهۆنێتەوەو بیخاتە سەرمانەوەی ژیانی خۆی، وەبیکاتە گۆرانی لەگەڵ هاورێیەکانی، وە کۆشش دەکات بۆ ئەوەی شانازی پێوە بکات لە نێوان دۆست و دوژمنانی، ئەمەش زۆر ناخایەنێ و بەجێ ی دەهێڵێ و دەچێتەلای ئافرەتێکی تر، چونکە هیچ زەرەر ناکات تەنها چەند دیاریەکی سادەنە نەبێت، لەبەر ئەوەی ئافرەت تەنازول ناکات بۆ گەنج هەتا ئەگەر هاتوو دەستگیرانیشی بێت لەهیچ شتێك وەئەو مولچکی مێردەکەیەتی لە دا هاتوودا، تاکو هاوسەر گیرییەکە بەدی دێت و ئاشکرادەبێت لەناو خەڵك، وە بۆ ئەوەی بزانیت هەڵە بەیەك جار روونادات، بەڵام دەکرێت بەچەند هەنگاوێکی یەك لەدوای یەك روبدات، هەروەها بەپێشەکی و ئاسانکاریەکان دەست پێناکات کەوا لەدواییدا بۆی دەبێتە پەشیمانی وخەمباری کە هەرگیز کۆتایی نایەت.

پێنجەم: راشکاوی بەهەموو شتێك لەوماوەیەدا بۆ لایەنەکەی دیکە:

هەموو لایەك سوورە لەسەر ئەوەی قسە لەگەڵ لایەنی تربکات ئەوەی لەژیانییدا هەیە لە مە بەستەکان، یان شارەزاییەکەی، یانزیرەکیەکەی، یان هەڵوێستی، تاوەکو خۆشەویستی لەنێوانیان تەواو دەبێت، وە هەموولایەنێك یەکترناسین لەگەڵ لایەنەکەی تر دەکات، وە زانیاری روون لەنێوانیان دەبێت یارمەتیان دەدات بۆ چارەسەرکردنی کێشەکان ئەگەر سەری هەڵدا، وە مسۆگەر کردنی رێگاکانی خۆپاراستن بۆیان لەهەر ململانێیەك.وە لەکاتی راشکاویدا هەردوولایەن پێداگیری لەسەر ئەمانە دەکەن:

١-هەر لایەنێك بۆ ئەوەی تر گرنگترین تایبەتمەندی خۆی روون بکاتەوە.

٢-هەر یەکێك لەوان پێویستە ئەو شتەی خۆشی دەوێت یان رقی لێ یەتی بۆ ئەوی تر



روونبکاتەوە.

٣-هەر لایەنێك بۆ ئەویتر شارەزایی خۆی روون بکاتەوە.

٤- هەر لایەنێك بۆ ئەوی تر ناتەواوی و کەموو کوری خۆی روون بکاتەوە، داوای لێ بکات یارمەتی بدات بۆ دەربازبوون لێی.

گرێبەست:

رێکەوتن لەسەر هاوسەر گیری فەر مانێکی دڵە کەس لێ ی دەر ناچێت، واجبە بە ئاخاوتن ئاماژە بەوەلاّم دانەوە و رازی بوون بدەیت، یان وەك دەڵێن بەشێوازی گرێبەست:(خێزانەکەت وەکیلی منە لەسەر کتابی خوا کە قورئانە، وە لە سەر رێبازو سوننەتی پێغەمبەری خودا)، وە لەسەر ئەو مارەیی یەی کە دانراوە لە نێوانمان، وە مێردەکەش دەڵێ: داخوازییەکەم قبوڵ کرد).

مەرجەکانی وەلاّمدانەوەو رازی بوون:

١-تایبەتمەندی بەڵێن بەستنەکان(نابێت شێت یان بچوك بن).

٢-یەکبونی کۆرەکە، نابێت هیچ نێوانێك هەبێت لەبەینی دەستەواژەی وەلاّم دانەوە و رازیبون بە نێوانی کات یان ئاخافتن.

٣-وەلاّم دانەوەو رازی بوون جیاوازی ناکرێت تەنها ئەگەر جیاوازیەکە باشتربێت، وەك وەکیلی ژنەکە دەڵێت: خێزانەکەت وەکیلی منە لەسەر مارەیی برەکەی(....)وەمێردەکەش دەڵێت: داخوازیم قبوڵ کرد لەسەر مارەیی برەکە(....).

٤-دەبێت هەموو بەڵێن بەستەکان گوێیان لەیەکتربێت.

مەرجەکانی تەندروستی گرێبەستەکە:

١-حەلاڵی ئافرەتەکە، نابێت لەسەری قەدەغە بکرێت بەهۆی بنەماڵە یان شیردان یان ژن و ژن خوازی.

٢-راسپێردراو(وەلی) کە باوکی کچەکەیە یان خزمەکانی باوکی یان سەرپەرشتیارەکەی، وەك پێغەمبەر درودی خوای لەسەربێ دەفەرمووێت:(لانكاح الا بوليّ) رواه الترمذي. (ماردیی دروست بییە تەنها راسپێردراوێك نەبێت). وەئیمامی عومەر دەفەرموێت:(ژن ماردەمەکەن تەنها بەمۆڵەت وەرگرتن بەراسپێردراوەکەی، یان خاوەن رایەك لە خزمەکەی یان گەورەیەکی ئەو).

مەرجەکانی راسپێردراو:

١-دەبێت راسپێردراوەکە یەکێك بێت لەخزمەکانی، وەدەبێت نێربێت، پێگەیشتووبێت، سەر بەخۆبێت، بەهێزو توانابێت.

٢-راسپێردراوەکە مۆڵەتی لێ وەردەگیرێ لە داخوازی کردن لەهەر کەسێك بیەوێ هاوسەرگیری لەگەڵدابکات ئەگەر داخوازی کارەکە کچ بێت، وە داوای فەرمانی لێ دەکرێت ئەگەر بێوە ژن بێت.

٣-بانگهێشتی راسپێردراوی نزیك ناکرێت لەگەڵ بوونی یەکێکی نزیکتر لەئەو، وە بانگهێشتی راسپێردراوی برای باوك ناکرێت لەگەڵ بوونی برایەك ئەگەر هەیبێت.

دوو شایەتدەر:

١-دەبێت دووکەس یان زیاتر بێت.

٢-دەبێت دادپەروەربن، راست بن بەدورکەوتنەوە لەگوناهەگەورەکان، واز بێنن لەشتە زۆر بچوکەکان.



لێهاتوویی مێردەکە بۆ ژنەکە لەئاین دا:

دەبێ سەربەست بن وە خاوەنی خورەوشت و ئاین و دەستپاك بن، وە پێغەمبەردرودی خوای لەسەربێت دەفەوویت:(اذا أتاكم من ترضون دينه وخلقه فزوجوه....). (ئەگەر یەکێك هات بۆ داواکردنی کچەکانتان ئەگەر لەئاین وخورەوشتەکەی رازی بوون بیدەنێ).رەسەنایەتی لەگرێبەستی هاوسەرگیری ئەوەی دەبێت پەیوەست بێت پێیەوە تەنها لە هەندێك لەو حاڵەتانەی خوارەوە.

١-پاش گرێبەستەکە ئەگەر بەدیارکەوت پیاوەکە هەڵخەڵەتابوو بە ئافرەتەکە یان بە پێچەوانەوە، (نمونە یەکێکیان نەزۆك بێت وە لایەنی دیکە ئەو راستیەیان نەزانیبێ).

٢-ئەگەر یەکێك لە کور و کچەکە ناتەواویەکی هەبێت ئەوا دەتوانرێت گرێبەستەکە هەڵبوەشێندرێتەوە بۆنمونە: نەخۆشیەکان(شێتی،بەڵەکی) وە ناتەواویەکان(کوێری،کەڕی).

پەیوەندی نێوان گرێبەست و شەوی بووکێنی:

دروست بونی ژیانی هاوسەرگیری بەختەوەری شتێك نیە تەنها چەند قۆناغێك و هەنگاوێکە، وە ئەو قۆناغانەش پێویستە بۆ ئەوکەسەی دەیەوێت ژیانی لەسەر راستی و بەختەوەری دابێت پێویستە چالاکی هەموو قۆناغ و ئەرکەکانی بزانێت، وە لەو چالاکیە گرنگانەش بریتی یە لە وەڵامدانەوەی ئەو پرسیارە:

پەیوەندی چۆن دەبێت لەماوەی نێوان گرێبەست و شەوی پەردە؟

پێویستە هەردوو داواکراوو داواکار لەسەر هاوسەرگیری بزانێت ئەو پەیوەندیە بە پەیوەندی قۆناغی داخوازی دەچێت، بەپێی شەرع ئەگەر بۆ پیاوەکە گونجا دەتوانێ لەگەڵ خێزانەکەی هەرشتێك بکات تەنانەت جووت بوونیش، بەڵام بەم شێوەیە ئامۆژگاری ناکەم، بەڵام لەمەیان پیاوەکە دەبێت خۆی بەدووربگرێت، چونکە ئەگەر مێردەکە پێش شەوی پەردە

لەگەڵ هاوسەرەکەی جووت بوو، چونکە پاشان ئەگەر تەلاقی دا ئەوا ژنەکـە هـەقی خۆیـەتی مارەییەکە بەتەواوی وەر بگرێت بەبێ کەم و کووری، بەڵام ئەگەر تەلاقی دا بەبێ جووت بوون یان بەبێ ئەوەی بەتەنیایی لەگەڵی هەڵسوکەوتی کردبێـت، ئـەوا کچـەکە هـەموو مـارەیی ناکەوێت تەنها نیوەی نـەبێت، بـەڵام ئەگـەر بـەردەوام لەگـەڵ هاوسـەرەکەی لـەگفت و گـۆو پەیوەندی دابێت لە نێوان گرێبەست و شەوی بوکێنی، ئەوە شەوی پەردە ئەو خۆشیە تایبەتیەو لەزەت و شیرینیەی نامێنێ، هەتاکو هـەوڵ دەدات کـە هـەر شـەوێك لەشـەوەکانی ئاسـایی رابردووی ببێتە باشترین شەو لە ژیانی هەموو ژن و مێردێك.وە دەکرێت هـەردوو هاوسـەرەکە لە قۆناغی گرێبەستەکە زیاتر لە یەکتر نزیك ببنەوە، وە بەباشی یەکتر بناسـن، چـونکە بـۆی هەیە دەستیان بەیەککەوێ و بە شەرعی لێك نزیك ببنەوە، بەڵام لەگـەڵ سـوور بـوون لەسـەر سەر پێچی نەکردن زیاتر لەهەقی خۆت، لەگەڵ ئەوەش کەشـەرع رێ ی پێـداوە، بـەڵام داب و نەریت و یاسا ئەمە رەت دەکاتەوە، وە داب و نەریتیش ئەوەیە کـە خـەڵك دەزانـن، ئـەویش جووت بوونە لەنێوان هەردوو هاوسەرەکە تـەنها پـاش ئاهـەنگی بـووك گوازتنـەوە و شـەوی بووکێنی تاوەکو خۆشیەکە تەواو دەبێت،وە هەموو شتێك دەبێتـە روونـاکی و رێپیشـان دان، وەهیچ لە هەڵوێست و کارەسات رووداوات لەگەڵ لێڵ کردنی پووختی بەختەوەری هاوسەرگیری لەدا هاتوودا یان رووخاندنی ئەو ژیانە پێش بنیاتنانی، یـان روخانـدنی کێشـەو گـیرو گرفـت لەوانەیە ببێتە هۆیەك بۆ کەساسی و نەگبەتی لە پەیوەندی هاوسەرایەتی لەداهاتوودا.

هەڵوێستەیەك لەگەڵ خۆت دا پێش هاوسەرگیری:

ئەو بانگەوازە بۆ هـەموو ژن و مێردێکـە پـێش هاوسـەرگیری، پێویسـتە وەڵامـی ئـەم پرسیارانە بدەنەوە وە بە سەریدا سەرکەون لەنێوانتاندا.

-ئاواتە خوازت چیە لەدوارۆژت؟ وە ئامانجت چی یە لە ژیانت؟

-مەبەستت چیە لە تێگەیشتنی هاوسەرگیری، ئایامنداڵە، یان سەفەرکردن و رابـواردن، یان چیتر؟

-ئەو خاسیەتانە چین کە حەزدەکەی لە هاوبەشی ژیانتدا بیبینیت؟؟

-ئایا بەپێویستی دەزانی لەیەکەم ساڵی هاوسەرگیری تان منداڵتان ببێت؟

-ئایا یارمەتی دەر دەبیت لەهەر کێشەیەکی تەندروستی، یان ناتەواوی زگماکی؟

-ئایا تۆ کۆمەلاًیەتی؟ وەکێن هاورێکانت؟

-پەیوەندیت چۆنە بەدایك و باوکت؟(براکانت، خوشکە کانت، دۆستەکانت).

- کاتی بەتاڵت بەچی بەسەر دەبەیت؟ ئایا ئاواتت چییە؟ هەتا چەند پابەندی بەئایین؟

-ئایا چالاکی چاکە خوازی و خۆبەخشینت تیاهەیە؟

-رات چیە ئەگە دایکم یان دایکت دەستی خستە ناو کارو باری تایبەتیمان؟

-کێن ئەوانەی رێگایان پیٚ دەدەیت بێنەناو ماڵت لەکاتی دەرچوونت؟

- کێن ئەوانەی رێگایان پیٚ دەدیت بێنە ناو ماڵت لەکاتی دەرچوونت یان ئامادەبوونت؟

-پرۆژە هاوبەشەکانمان چین؟

-باشترین کاتی پشووت چییە کەلەبەر دەستدابێت؟

-ئیستا چاوگەی بژێویت چی یە؟

-چۆن رووبەروی کێشەکانمان دەبینەوە لە دوارۆژدا؟



پەیوەندی نێوان هەڵبژاردن بۆ خێزان وە بەختەوەری هاوسەرگیری:

ئایا دەزانی ئەنجامەکانی هەڵبژاردن بۆ هاوسەر لەسەر بەختەوەری هاوسەرگیری چیە؟ئەو خشتەی خوارەوە پەیوەندی هەڵبژاردنی مێرد بۆ هاوسەرەکەی ژیانی دوارۆژ وە بەختەوەری هاوسەرگیری روون دەکاتەوە:

ز	پێوەری هەڵبژاردن	کاریگەری لەسەر بەختەوەری هاوسەرگیری
١	تەنها جوانی ئافرەت	ئەگەر دەستنیشان کردنی هاوسەر تەنها لەسەر بنچینەی جوانی تەواو بێت بەبێ گرنگی دان بە ئاین و رەوشت، ئەوا ژیانێکی دوارۆژی دەگۆڕێت لەتوشبوونی مێردەکە بەو حاڵەی ترسێکی توند لەسەر ژنەکەی کە لەماوەی تێبیەکانی مەیدانی و گەران بەرچاومان کەوت. وە پەرۆشی رادەبەدەر لە رەفتارەکانیدا، وە زۆر بەی جار پێش ماوەیەك پەیوەندیەکە دەگۆڕێت بۆ کەمتەرخەمی، یان بەهۆی ئەوەی لێراهاتنی پیاوەکە لەسەر کەیف و رابواردنی لەگەڵیدا، وە ئەمەش زۆر جاران روودەدات، یان کاتێك تەمەن هێرشی بۆ دەهێنێ یان کاریگەری منداڵبوون لەسەر جوانیەکەی، وە لێرەدا ئافرەتەکە سامانەکەی وون دەکات، وە ئەوەش دەبێتە سەرەتای داروخانی ژیانی هاوسەریەتی وە بەختەوەری دەگۆڕێت بۆ خەم و پەژارەیەکی توند.
٢	ئافرەتێکی خاوەن سامانێکی زۆر لەپیاوەکە بەرزتربێت	پارەو سامان هۆکارێکە بۆ ژیان نەك بۆ ئامانج، بەڵام ئەگەر گەران گۆرا بەرەو سامان بۆ ئامانج ئەوا پیاوە کە هەوڵدەدات لە ماوەی گەرانی بەدوای هاوسەرێکی خاوەن پارەیەکی زۆر، لەپارە زیاتر هیچی تری نەبێت، ئەو کاتە بێگومان جوانی لەبیر دەچێت یان هەر هیچ نەبێت رێژەیەك لەجوانی، وە کاتێك چاوی

ز	پێوەری هەڵبژاردن	کاریگەری لەسەر بەختەوەری هاوسەرگیری
		پێکەوت هەستی بە شادی و دلارامی و رەزابوون کرد، بێ گومان چارەسەری ئەوەدەکات چی لە رەوشتی دا هەبێت لە رەفتارە نابەجێ یەکانی پاش هاوسەرگیری، ئەمانە هەمووی خۆبەخت کردن و بەخشینە بۆ پارەکەی.. وە ئایا ئەنجامەکانی چی دەبێت؟ پاش ماوەیەکی زۆر دوورنا ژیان دەگۆڕێت بۆ مۆتەکە، لەبەر ئەوەی ئافرەتەکەش هەوڵدەدا ئەو وەزعەی تیایەتی بەبیر خۆی بێنیتەوە چۆن رازی بوو بەو پیاوە کە هیچ شتێکی نیە، کە ئەو دروستی کرد، وە هەر ئەویش دەسەڵاتی بەسەردا هەبوو، وە ئەگەر توانای هەبوو رێزی لێ بگرێت و زاڵ بێت بەسەر ئەو خەمەی کەتەڵاَق بەدوایدا خۆیدا دەهێنێت، بەڵاَم ئەگەر سووربێت لەسەر گەیشتن بۆ بەدیهێنانی ئامانجەکەی ئەو ئارام دەگرێت لە گەڵیدا بۆ کاتێکی ناسك هەتا ئەوەی دەیەوێ بەدەستی بکەوێت لەهەر فێڵێك لە ژیانێکی دوور لە بەختەوەری و دڵنیایی، وە پاشان بە پارەی ئافرەتەکە دەگەرێت بەدوای ئافرەتێکی تر بۆ ئەوەی لەگەڵ ئافرەتەکەي تری ئە بەختەوەریە بدۆزێتەوە کە ماوەیەکی زۆرە لێ ی وون بووە.
٣	ئافرەتێکی خاوەن وەچاخزادەو بنەماڵە	جۆرێکی تر هەیە لەپیاوان، باوەریان وایە کە بەختەوەری راستەقینە بەدەست دێت پێویستە لەگەڵ خاوەن بنەماڵەو رەسەنایەتی بکرێت، لەبیری چوە کە هەستی راستەقینە بەبنەماڵە ئەوەیە هەست کردنە بەخودی خۆی و رێزگرتنەکەی،



ز	پێوەری هەڵبژاردن	کاریگەری لەسەر بەختەوەری هاوسەرگیری
		وە ناچاردەکرێت رێزی لێ بگیرێت، بەلاّم ئەگەر ژیانی هاوسەرگیری دروست بێت لەسەر ئەو هەڵبژاردنە، لەبەر ئەوەی دەست نیشان کردنی ئافرەت لەسەر بنەماڵەیی و رەسەنایەتی بەچاوخشاندن لە پێوەرەکانی هەڵبژاردنی تردا، ژیان دەگۆرێت بۆ خەفەت و نارەحەتی و خەمباری لەدوارۆژدا، بۆ نیشتەجێ بوونیش هیچ شانسێکی نابێت، وەزۆر جاران بەلێك جیابوونەوە کۆتایی دێت، یان دەگۆرێت بۆ بازنەی ململانێ، یان پیاوەکە هەموو مانای کەرامەت و پیاوەتی لەدەست دەدات، وە وەك پاشکۆیەك بۆ بنەماڵە لەژێر ناونیشانی کەڵك و سوودوەرگرتن تەنها بۆ ئەو ژیان بەسەر دەبات، وە ئەمەش هیچ شتێك نیە تەنها چەند رۆژێك ژیان و ساتێك بەختەوەری تیانییە.
٤	ئافرەتێکی خاوەن رەوشت و ئاین	جۆرێکی تر لە پیاوان هەن هەموو ئەو پێوەرانەی رابردوو دادەنی بۆ دوارۆژی، وە دەیەوێت خێزانەکەی هەموو پێوەرێکی خێرو جوانی و سامانو وەجاخزادەیی و بنەماڵەیی تێدابێت، بەلاّم رەوشت و ئاین لەبیر دەکات، بەبیانوی ئەوەی رابردوو بەختەوەری دەکات، بەلاّم کەسی تێگەیشتوو زرنگ ئەوەیە دەگەرێت بەدوای هاوسەری دوارۆژی لە رەوشتێکی باش، وە دەگاتە ئاینێکی دروست، لەوحاڵەتەدا دەست پێشخەری وە وازهێنان لەهەندێك جوانی دەکات وە دوایی بۆی دەخرێتەوە سەر شانسی دەبێت لە ئاین دا، بەلاّم ئەگەر گونجا بۆ ئەو ئاینە کەوا هەموو پێوەرەکانی تری تێدایە ئەوە زەرەری نیە، بەلاّم



ز	پێوەری هەڵبژاردن	کاریگەری لەسەر بەختەوەری هاوسەرگیری
		چاکە زیاتر دەبێت، وە هەروەها پەشیمانی چی دەکەی بۆ ژیانی کەسێك کە سوورە لەسەر ئەو هەڵبژاردنە؟ ئەو بۆچون و گەرانە جێگیری کرد کەپێشبینی دەکرێت لە داهاتوودا بۆ ئەو ژیانە بەختەوەری و شادی و رازی بوون و دلارمی و خۆشەویستی و بەزەیی پیاهاتنەوە، ئەوەیە کە هەموو مرۆڤێکی ئاقلمەند بەدوایدا دەگەرێ، وە هەموو پیاوێك دەزانێ کە ژیان پریەتی لەئەرك و گرانی و بەرزو نزمی ریزەکانی لیخن ناکات، بەلاّم گرنگترین شت کەزالّ بێت بەسەر ئەم بەرزی و نزمیانە بریتی یە لە ئافرەتێکی خاوەن رەوشت و ئاین.وە هەروەها ژیانی بەختەوەری بەردەوام دەبێت، وە مانەوەی ئەو ئافرەتە تاکۆتایی ژیان بەردەوام دەبێت، بەلاّم ئەگەر جوانیەکە کەم بێت و رەوشتەکە زۆر بێت، وە ئەگەر سامانیش لەکیس چوو ئەم سەبرو ئارامی دەدۆزێتەوە لە دوارۆژدا. وە هەروەها ژیانی هاوسەرگیریەتی بەختەوەر بەردەوام دەبێت بەفەرمانی خودای دلۆڤان تاوەکو راستیان بۆ دەر دەکەوێت.

پەیوەندی نێوان هەڵبژاردن بۆ مێرد وە بەختەوەری هاوسەرگیری:

ئایا کچەکە دەزانێ دەستنیشان کردنی لەلایەن کورەکەوە ئەنجامەکانی چیە لەسەر بەختەوەری هاوسەرگیری؟ ئەم خشتەیەی خوارەوە ئەنجامەکانی دەستنیشان کردنی کچەکە بۆ پیاوەکەی لەسەر ژیانی دوارۆژ روون دەکاتەوە:

ز	پێوەری هەڵبژاردن	کاریگەری هەڵبژاردن لەسەر ژیانی دوارۆژ
١	تەنها خاوەن سامان	هەندێك کچ هەن تەنها دەگەرێن بەدوای پیاوی خاوەن سامان، لەگەڵ هۆیەکانی رابواردن، لەئۆتۆمبێل و ئەو کەل و پەلانەی کەباوەری وایە کەژیان لەسایەی دا لەپشتگیریەکانی بەختەوەریە، وەگرنگی نادات بەرەوشتو زانستو ئایین وەچ باوەرێکت هەیە لە ئەنجامەکان لە هەڵبژاردنی لەسەر ژیانی دوارۆژ؟ پیاوەکە بە چاوێکی نێگەتیفانە سەیری کچەکە دەکات، وە ئاوا مامەڵەی لەگەڵدادەکات تەنها دەستی کەوتووە، وە هیچی بۆ ئامادە ناکات تەنها دەیەوێ لەلایەن بەرامبەرەکەی شتێکی دەست کەوێ، هەتا ئەگەر شتەکەش مادەش نەبێت لەسەر حیسابی خێزانەکەی، وە هەروەها ئەو ژیانە بەنیسبەت ژنەکە پردەبێت لەبارکەوتوویی و ناخۆشی و دڵتەنگی جگە لەبوونی هەندێك رابواردنی خۆ هەڵخەلەتێنەر.
٢	خاوەن ئەزموونی سۆزداری وە دروست کردنی پەیوەندی رۆمانسی پێش هاوسەرگیری	هەندێ لەکچەکان باوەریان وایە کە بەختەوەری لەژێر سایەی گەنێك دەبێت بزانێت چۆن حەزی کچ دەبزوێنێ و دەیخاتە ناو حەزەکانی، وە چۆن وشەکان دەهونێتەوە و دەست دەگرێ بەسەر دڵی ئافرەتان بە چاو پۆشین لەکارو دوارۆژی، لەگەڵ ئەوەشدا ئایا ئەو وشانە لەویژدانیەوە سەر هەڵدەدات یان تەنها دەست کردە، وە هۆکارەکان پێ ی دەڵێت بۆ هەموو ئەوانەی بیانەوێ راوی بکەن یان بیخاتە تەڵەوە، وەلە بنەماکانی ژیان هیچ هونەرێکی تێدا نیە جگە لەوو وشانە نەبێت. ئایا ئەنجامەکەی چی دەبێت؟



ز	پێوەری هەڵبژاردن	کاریگەری هەڵبژاردن لەسەر ژیانی دوارۆژ
		پاش سەرەتای دەست پێ کردنی هاوسەری ماوە حەپەسان روودەدات، لەبەر ئەوە وشەکان ووشك دەبن و رۆمانسیەتەکەش نامێنێت، وەکەسەکەش لەسەر پسپۆریە ناتەواویەکەی دەمێنێتەوە، وەهیچ شارەزاییەکی تێدا نابێت بۆ دابین کردنی پێداویستی خێزان، وە لێرەیە کێشە سەر هەڵدەدەن، بەلآم قەدەغەیە نیە ئەم خاسیەتانە لە پیاودا هەبێت، بەلآم ئەم هەڵبژاردنە لەپێشتر نیە، ئەمە دەکەوێتە دوای هەڵبژاردن لەسەر بنچینەی شارەزایی و لێهاتوویی و هەڵگرتنی بەرپرسیارەتی ئەمەیان لە بەرزەفڕی پیاوانە، وە ئەگەر ئەم خاسیەتە سۆزداریەش لەم جۆرە پیاوانەدا هەبێت ئەوا خێری زیاترە.
٣	هەڵبژاردن لەسەر ئەو کەسەی لە ئاین و رەوشتەکەی رازییە	هەندێك ئافرەتان هاوسەرەکەیان لەسەر بنچینەی ئاین و رەوشت هەڵدەبژێرن، ئەو هەڵبژاردنەش زۆر لە سەرپەرشتیای کاروبارەکان و هەندێك لە ئافرەتان رەتی دەکەنەوە، بە گومانی ئەوەی کە سەرپەرشتیاری فەرمانەکان دەیانەوێ بگەرێن بەدوای پیاوێکی سانا لەکارو باردا، یان خاوەنی فەرمانێکی بەرز بێت، تاوەکو ژیانی کچەکەیان مسۆگەر بکەن،وە لەبیریان چووە کەژیانی بەخشندە و بەختەوەر بەستراوە بەرەزابوون، رازی بوون و دڵنیابوون بەستراوە بە ئیمان، کەواتە گەران بەدوای خاوەن ئاین و بیرو باوەر بناخەن بۆ دروستکردنی ماڵێکی دڵخۆشکەر و ژیانێکی بەخشندە، بەلآم ئەگەر خاوەن رەوشت رەتکرایەوە بەبیانوی ئەوەی کە سامانێکی زۆری نیە بۆ کاری ئاهەنگ گێران بەو رێژەیەی کەوا خوشکەکەی یان کچەکەی بۆی ئامادەکراوە....ئەمە دەبێتە نیشانەیەکی ترسناك لەسەر ژیانی کۆمەڵگا بەشێوەیەکی گشتی، وە پێشبینی دەکرێت فیتنەو گەندەڵیەکی گەورە لە کۆمەڵگاروودات، لەناو خێزان، وە لە پەیوەندیە مرۆڤایەتیەکان، وە لە دواییدا کۆتایی بە بەختەوەری هاوسەرگیری دێت.

چەند ئامۆژگاریەك بۆ ئەو کەسانەی قایل دەبن لەسەر قۆناغی هاوسەرگیری:

پێویستە لەسەر کچ بزانێت کە مێردی چاکە وویست بەخشندەییە، وە دەرامەتێکە لەلایەن خوای گەورەو شکۆدار، وە خوای میهرەبانیش نایدات تەنها بەملکەچی و پارانەوە بۆ ئەو، خودای گەورە دەفەرمووێت: ﴿وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَى آمَنُواْ وَاتَّقَواْ لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاء وَالأَرْضِ وَلَـكِن كَذَّبُواْ فَأَخَذْنَاهُم بِمَا كَانُواْ يَكْسِبُونَ﴾. الاعراف: ٩٦.

واتە: (سوێندبێت ئەگەر خەڵکی ئەوشارۆچکەیە باوەریان هێنابایە، وە لەخواش بترسانایە ئێمە لە ئاسمان و زەویدا بەرەکەت و خۆشیمان بەسەر دا دەباراندن بەلاّم ئەوان درۆیان کرد وە ئێمەش تۆڵەیان لێدەکەینەوە بەوەی کە دەیکەن).

پێویستە هەموو باوەریان وابێت کە هاوسەرگیری بژێویە، وە هەموو ئەو بژێویەی بۆدیاریکراوە، وە هیوا مەخوازە لەو بژێوەی کە خوا داویەپێت بەکەسی تریا هاورێکانت، یان خزمی مێردەکەت کە دەوڵەمەندن، یان بەئافرەتی جوان، یان پیاوێك خاوەنی بنکەیەکی گەورەیە دەیدات. پێغەمبەری خودا درودی خوای لەسەربێت دەفەرموێت(أنظروا الى من أسفل منكم، ولاتنظروا الى من هو فوقكم، فهو أجدر أن لاتزدروا نعمة الله) رواه مسلم. واتە: (ئێوە سەیری ئەوکەسانەبکەن کەلە خوارووی ئێوەدان لەبژێوی و سامانداری، وەتەماشای ئەو کەسانە مەکەن کە لە سەرووی ئێوەدان، ئەمەش لێهاتووترو شایەنیترینیانە کەواگاڵتە بە نیعمەتەکانی خودای گەورەناکات و زیادەرۆی ناکات لەخەرجیدا). هەمووکات کچان پێداگیری دەکەن لەسەر ئەوەی دەروونیان روناك بێت، هەواڵی داخوازی خوشکەکان و خزمەکانی پێدەگات بەشادییەکی راستگۆیانە، داوای خێروخۆشیان بۆ دەکات، وە بەراوردی خۆی و نێوان و کچەکانی ترناکات کەوا مێردیان کردووە ئەگەرچی بەتەمەن لەویش بچوکترە، ئەگەر هەڵێکی زۆر لەپێش کچەکە رێکەوت بۆ داخوازی کردنی بەلاّم لەهیچیان سەرکەوتوونەبوو، ئەوەی مەگەرێنەوە بۆبارودۆخێك بۆ هەریەك لەمانە، یان بارودۆخێکی خێزانی، وەدەست نیشان کردنی خێزانەکەت بۆت،(.....قدر الله وماشاء فعل...)رواه مسلم.

ئافرەت سۆزی کۆدەکاتەوە بۆ مێردەکەی، وە بۆی دەپارێزێ هەتاکو پێش ئەوەی پێیبگات

وە سۆزی خۆی دەپارێزێ بەگرنگی دان بۆ هەر پیاوێك بێت، وەخۆی دادەپۆشێ لەو کەسانەی کەخەیاڵ و هیوا یەوەن بۆی، هەتا ئەگەر بۆ کەسیش ئاشکرای نەکات، تاوەکو گەوهەرەکەی پێشکەش بەوکەسەی دەکات کە خوای گەورە حەلاڵی کردوەو ئەویشی لەو حەلاڵ کردووە.

راوێژکردن:

دەکرێ داواکار سوود وەرگرێ لەسەر هاوسەرگیری، وە ئەوەی ئارەزوومەندە لەدەست نیشانکردنی هاوسەری دروست بۆ هاوبەشی ژیانی پێویستە راوێژبکات بەخەڵکی شارەزاو خاوەنی تاقی کردنەوەی دڵسۆزانە و لەپێناوی خودای گەورە.

هەڵبژاردنی باشتر (ئیستیخارە):

دەکرێت داواکار لەسەر هاوسەرگیری رووبکاتە هەڵبژاردنی باشتر بەراستی و بەدڵسۆزی، وەپشت بە خودا ببەستێ لەماوەی دروستی هەڵبژاردنەکە بۆ هەر بابەتێك، یان وەرگرتنی بریار لە هەڵبژاردندا بۆ خۆی دەگەرێتەوە.وەلەو حەدیسەدا: پێغەمبەردرودی خوای لەسەربێت فێری هەڵبژاردنی شتی باشترمان دەکات لەهەمووکاروبارەکاندا وەك ئەوەی فێری سورەتێکی قورئانمان بکات، دەفەرموێت:(اذا هم احدکم بالامر فلیرکع رکعتین من غیر الفریضة، ثم لیقل : اللهم أني استخیرك بعلمك وأستقدرك بقدرتك، وأسئلك من فضلك العظیم، فانك تقدر ولا أقدر، وتعلم ولا اعلم،وانت علام الغیوب، اللهم أن کنت تعلم أن هذا الامر خیر لي في دیني ومعاشي وعاقلة أمري). یان دەفەرمووێت: (عاجل أمري واجله، فاذدره لي ویسره لي، ثم بارك لي فیه، وان کنت تعلم ان هذا الامر شر لي في دیني ومعاشي وعاقبة أمري). یان دەفەرمووێت: (في عاجل أمري وآجله، فاصرفه عني واصرفني عنه، واقدر لي الخیر حیث کان، ثم ارضني)، وەدەفەرمووێت: (ویسمي حاجته) رواه البخاري. .

واتە:(ئەگەر یەکێکتان پەژارەو مەبەستی بەفەرمانێك بوو بادوو رکعەت نوێژی سوننەت بکات جگە لە فەرزەکان، دوایی بابڵێت: خوایەگیان من تۆم سەر پشك وبالادەست کردووە بە

زانستەکەت، وەلێت دەپارێمەوە بەهێزو توانابیت بەتوانایی خۆت بەخشندە بەلەگەلم، وە لەچاکەو گەورەیت دەپارێمەوە، خوداوەندە تۆ بەتواناو دەسەلاتی وە من بێ توانام، تۆ زانایت زانینت بە هەمووشتێکدا هەیە منیش هیچ نازانم، تۆ نهێنی زانین و زانیاریت بە سەر هەموو شتە شاراوەکاندا هەیە، خوایە گیان تۆ دەزانیت ئەگەر ئەم کارە خێری بۆمن لە ئاینەکەم و ژیانەکەم و دوارۆژم داهەیە ا ئەوا بۆم ئاسان بکە، پاشان پشتیوانم بە، وە ئەگەر ئەم کارە شەرو خراپەی هەیە بۆمن لە ئاین و ژیان و دوارۆژم. ئەوا لێم دوورخەرەوە. وە منیشی لێ دوورخەوە، خوایەگیان توشی خێرو چاکەم بکە بەهەر شوێنێك بێت، پاشان لێم رازی ببە).

ئەی کچ شلە ژانت لەوانەیە وات لێبکا قیژەیەکت لەدەمت دەرچێت، یان پێکەنینی یەك لەدوای یەك، یان هەر جولانەوەیەکی ناشاز، وە خۆت بپارێزە لەسەر شێوەو شکۆداری خۆت، وەهەر کاتێك هەستت بەکاردانەوەیەك کرد یادگاریەك بێنەوە بەر خۆت.

١-شەرم و ئابرووی زۆرت گفت و گۆت لێ قەدەغەناکات، چونکە ئەو دەیەوێ گوێت لێ رابگرێ کاتێك تۆ قسەدەکەیت.

٢-کچ ئەگەر دیتی لەماڵەوە تانەی لێ دەدەن، یان دووری دەخەنەوە لەو جۆرە قسانە، یان ببێتە مایەی شەکەت و بارگرانی لەسەری، یان گرنگی دانێکی زۆر بەکارو باری ماددی و دنیایی، پێویستە لەسەری بەربەرەکانێیان نەکات، تەنها هەڵوێستی نارەزایی وەرگرێت لە بەرامبەریان، بەلاّم پێویستە بەشێوەیەکی چاك قەناعەتیان پێ بهێنێ، وە هەموو هۆکارێکی لێزانانە، ئەگەر قەناعەتیان پێ هێنا، بەلاّم ئەگەر قەناعەتیان نەهێنا ئەوا بەرپەرچ دەدرێتەوە(قدر الله وماشاء فعل).

٣-گەنج بیری دەکەوێتەوە ئەوەی سەرەتایی هەبێت کۆتایشی هەیە، وە پێ داگیری دەکات لەوەی دەبێت ئەم هەنگاوانە تەواو بێت لە داخوازیدا هەمووی لەژێر شەرعی خودای شکۆمەندودلۆڤانە، بێلایەن نابێت وە ئەگەر زۆر بەکەمیش.

٤-گەنج فێر دەبێت چۆن دەچێتە سەر کامە قۆناغ لەژیانی، زانست و زانیاری بەدەست دەهێنێت کەبۆی ماندوو بووە بۆ ئەوەی بەسەلامەتی لێ ی تێپەرێت.



٥-گەنج هەمووکات لە هەر هەنگاوێك لە ژیانیان مەبەست و ئامانجی بیر دەهێنتەوە، بۆچی ئەم هەڵبژار دنە دەبێت، وەچۆن لەو ماوەیدا بەختەوەریو ئارامی دەست دەکەوێ،

بەکورتی:

ژیانی مرۆڤ بەقۆناغ و هەنگاودا تێدەپەڕێت وە خەلکیش تێیدا دەژین تاوەکو دڵنیایی بۆ دێت، وە لەو قۆناغانەش ئامادەیی کراوە بۆ هاوسەرگیری، وە یەکەم جار لەم هەنگاوانە دەست پێ دەکات لەگەڵ بەدەست هێنانی بەختەوەری لەدیاری کردنی هاوبەشی ژیانت وە دەبێتە هاورێ ی لەماوەی ژیانیدا، وە سووك کردنی خەرج و پێداویستەکان بەپێ ی توانا، وەهەروەها گرنگیدان بەجێ بەجێ کردنی شەرعی خودای گەورە لەهەموو کات و هەموو ژیان دا، چونکە بەختەودری و دوارۆژی تێدایە.

وە پێدەگری لەسەر راستگۆیی بە هەموو شتێك پێش هاوسەرگیری هەتاوەکو ئەوە رونەدات بەستایش نەکردنی یەك دوای یەکی پاش هاوسەرگیری و بەختەوەریش بگۆرێت بۆ ئازارو کاریگەری هەبێت تاکۆتایی ژیان هەردوو هاوسەر دەبێ ئەوە بزانن کە ژیان تەنها کێلگەیە بۆ دوا رۆژ هەر کەسێك بەباشی و پوختی چاندی ئەواخێرێکی زۆر دەدوورێتەوە لە دونیاو دوا رۆژدا. هەروەها ئەو هەنگاوە لەسەرەتای ژیانی هاوسەرگیریدا پێویستی بە پیلان و دانانی ئامانج هەیە بە پێ ی توانا لەگەڵ پشتبەستن بە خودای گەورەو میهرەبان و داوای یارمەتی لێکردن، ئەمەش دەبێتە پشتگیریت لە خۆشگوزەرانی و راستگۆیی وە دەست کەوتنی بەختیاری و ئارامی لە ژیانت.

خۆت تاقی بکەوە:

ئەوەی خوارەوە کۆمەڵێکن لە پرسیار پێویستە هەڵسی بەجێ بەجێ کردنیان لە سەرخۆت، ئەگەر رێککەوتی لەسەری بەتەواوی نیشانەی (بەڵێ) لەژێر هەڵبژاردنەکەدا دابنێ، وە ئەگەر راڕابووی لەسەری نیشانەی(هەندێ جار) لەژێر هەڵبژاردنەکە دابنێ، وە ئەگەر رێککنەکەوتی لەسەری ئەوا نیشانەی (نەخێر) لەژێر هەڵبژاردنەکە دابنێ:

ز	پرسیار	بەڵێ	هەندێ جار	نەخێر
١	ئایا ئامانجی خۆت دەزانیت لە ژیانت؟			
٢	ئایا دەخوێنیتەوە لەماوەی گرنگی دانت لە ژیاندا؟			
٣	ئایا رێز لە ژیانی هاوسەرگیری دەگریت؟			
٤	ئایا دەزانی تۆ جێنشینی خودای گەوەی لەسەر زەوی؟			
٥	ئایا ئەو نیعمەتانەی خودای گەورە داوی بەتۆ دەتوانی بیانژمێری؟			
٦	ئایا دەتوانی هەڵبژاردنی هاوبەشی ژیانت لەسەر شەرعی خودای گەورە دەستنیشان بکەیت؟			
٧	ئایا سنوری مامەڵەکردن لەگەڵ دەسگیرانەکەت دەزانیت؟			
٨	ئایا پێداگیری دەکەی لەسەر پێچی نەکردنی لە رادەبەدەرت لە قۆناغی گرێبەستدا؟			
٩	ئایا هەست رەزابوون دەکەی لەوەی خودای گەورەو میهرەبان بۆ سازکردووی؟			
١٠	ئایا سووردەبیت لەسەر بەدەست هێنانی بەختەوەری لەهەموو ژیانتدا؟			

هەڵسەنگاندن:

ئەگەر هەڵبژاردنت بۆوەلاّمی (بەڵێ) بوو ئەوا دوو پلەبەدەست دەهێنی، وە ئەگەر هەڵبژاردنەکەت بەوەلاّمی(هەندێ جار) بوو ئەوا یەك پلە بەدەست دەهێنی، وە ئەگەر هەڵبژاردنەکەت بەوەلاّمی (نەخێر) بوو ئەوا هیچ بەدەست ناهێنی. وە دەتوانی خۆت هەڵسەنگێنی وەك ئەمەی خوارەوە:

پلە	بارودۆخ
لەسفر- ٤ پلە	تۆ مانای هەڵبژاردنی باش بۆ هاوبەشی ژیانت نازانیت، وە هەوڵیش نادەیت لەپێناوی ئەمەیان.
لە ٥-١٠ پلە	تۆ لەسەر یەکەم رێگای راستی لە هەڵبژاردنی هاوبەشی ژیانت، وە پێویستیت بە زانیاری زیاترە.
لە ١١-١٥ پلە	تۆلەرێگادا دەرۆیت، بەلاّم هێشتا کۆسپ هەیە لە پێگەیشتنی تەمەنی هەرزەکاریت بۆ بەختیاری لەقۆناغی داخوازی کردن.
لە ١٦-٢٠پلە	تۆ ئامادەی بۆ هەنگاو هاوێشتن لەسەر رێگای بەختەوەری، بۆیە پێویستە بەردەوام بیت، وە بیگوازیتەوە بۆ هەنگاوی داهاتوو.

بەشی سێیەم

زاڵبوون بەسەر کێشەی دەست نیشان کردن بەهاوبەشی ژیان و ماوەی خوازبێنی

-خۆئامادەکردن.

-رارایی لە سروشتی هەڵبژاردندا.

-جیاوازی لەسەر ئامادەکاری.

-کەم و کوری لەیەکتر ناسین.

-بۆچوونە هەڵەکان دەربارەی ژیان.

-هەڵخەڵەتاندن لەنێوان هەردوولادا.

-گەران بەدوای هاوسەردا تەنها بۆ تێرکردنی ئارەزووەکان.

-ژن هێنانی بەرژەوەندی.

-ژن هێنانی ناچاری.

-ژن هێنانی عورفی یان داب و نەریت.

-ژن هێنانی مسیاری.

-زیادە رەوی لە خۆرازاندنەوە، وە درۆ کردن لەم قۆناغەدا.

-کێشەی سەربەستی لەرادەبەدەر لەماوەی دەست گیرانیدا.

-بەکورتی.

-خۆت تاقی بکەوە.

خۆ ئامادەکردن :

قۆناغی هاوسەرگیری و پەسند کردنی هاوبەشی ژیان لەگرنگترین هەنگاوەکانە لە دروست کردنی بەختەوەری هاوسەرگیری، هەر وەها بەختەوەری لەو قۆناغەدا بەتەواوی بەستراوە بە هەڵبژاردنی دروست بۆ هاوبەشی ژیان، دوای رازی بوون و قەناعەت لە سەر ئەو هەڵبژاردنە، لەگەڵ ئەوەش لەوانەیە شلەژان رووبدات، وە کەسەکە واهەست دەکات کە ژن هێنان لە بەختەوەری نیە، بەلاّم ئێش و ئازارو ماندوو بوونە، راستیەکەی وانیە، بەلاّم دەرچونی هەندێك کەس لە چوارچێوەی دروست لە هەڵبژاردندا، وە مامەڵە کردن لەگەڵ کەسانی تر ئەوەیش یەکێکە لە رووداني زۆر لە کێشەکان، لەو کێشانەش ئەمانەن:

ڕاڕایی لە سروشتی هەڵبژاردندا :

ئایا تۆ لەجۆرەکانی ڕاڕایی؟

وە ئایا تۆ هەست بە ترس دەکەی لە پێشوازی کردن لەو قۆناغە؟

پێویستە هەموو مرۆڤێك کەدێتە ئەو رێگایە گرنگە لە ژیانی دەبێ بزانێت کە نەفس و ئارەزوو و شەیتان تێدەکۆشت بۆ شێواندنی ئەو هەنگاوە گرنگە، وە نەفس و ئارەزوو کەسەکە رارادەکەن بۆ هەڵبژاردن، یان جێ بەجێ کردنی ئەو هەنگاوە، چونکە نایەوێت پابەندبێت یان زۆر گوێ نەدان وە بەرپرسیارەتی لەسەر خودی خۆی بۆیە هەوڵدەدات لە کێشەکان رابکات، وە دووری بەجێ هێنانی کرداری هەڵبژاردن و سەرەتای قۆناغی خوازبێنی، کە خۆی دەبینێتەوە لە رارایی و ئارەزوو لە خۆکشانەوە بۆ چەند هۆکایێکی زۆر لەوانە: لەخۆی پرسیار دەکات کە هاوبەشی ژیانی کەوا هەڵبژاردووە لەو جوانانەیە کە خەونی پێیەوە دەبینی، یان ئەو کەسە هەندێك ناتەواوی هەیە کە ئەو قبوڵی کردووە، یان هەندێکی لە پاکانە کەوا دوودڵی دەخاتە دەروونیەوە، بۆیە داوای لێ دەکات هەست بەبەختەوەری یان جێگیربوون نەکات لەم قۆناغەدا، ئەو کەسە دەبێ بزانێت کە هەوەس و ئارەزووە نایەڵێت سەر بکەوێت.



بۆ ئەوەی زاڵبێت بەسەریدا دەبێت بناغەیەك دابنێ بۆ هەڵبژاردنێکی دروست، پاشان دەست بکا بە دەست نیشانکردن بەبێ رارایی، وە بۆ ئەوەی لە داهاتوودا بەختەوەری بەدست بهێنێ پێویستە لەسەری رازی بێت بەو هەڵبژاردنەدا وەمل بدابۆ ئەمەیان مادام ئەو سیفەتانەی لەهەڵبژاردنەکەدا تێیدایە ئەگەر چی بەرێژەیەکی زۆر نەبێت، چونکە هیچ کەسێك نیە هەموو سیفاتێکی تێدابێت، وە لێرەدا بەختەوەری رێژەیە کە دیاری دەکات بەرەزابوونی دەروون و شەر لەگەڵ ئارەزوو لەرارای یان پاشگەزبوونەوە پاش هەڵبژاردن. وە لە هۆکارەکانی دیکەدا بۆ رارایی لە هەڵبژاردندا شەیتان کەحەز ناکات ماڵێك دروست بێت لەسەر شەرعی خودای گەورە، وە حەز دەکات تۆوی داوێن پیسی بچێنێت لەنێوان خەڵکدا، ئەگەر بینرا ماڵێك دروست کراوە لەسەر تەقوا یان لەرێگای دروست بووندایە، ئەواشتی قەدەغەی تێدا نابێت، بۆ یە گومان دەخاتە دڵی خاوەنەکە بەوەی کەپەلە بکەن لەهەڵبژاردندا، تاوەکو ئەو کەسە هەست نەکات بەختەوەری لەگەڵ ئەنجامی پەسندکردنەکەی، وە پەلە دەکات، وە رەنگەیەکێك هەڵبژێرێ کامەیان جوانترە، ئەم جۆرە هەڵبژاردنەش رەزابوون بەدەست ناهێنێ.

لێرە دەبێتە سەرەتایی خەم و ناخۆشی، وە ئەگەر ئەو کەسەش بەدوای ئەو گومانانەدا رۆیشت ئەوا کۆتاییەکەی جیا بوونەوەیە، بائەو کەسەش باش بزانێ ئەو جیابوونەوەیە کۆتایی کێشەکان نیە، بەلاّم ئەو ئازار دەکێشێ بەنەخۆشی جەربەزەیی و قێز لێبوونەوە، دەچێتە پێش بۆ خوازبێنی دوایی جیادەبێتەوە.....وە هیچ کەس نایبینێتەوە کە بەچاو چنۆکی بە دوایدا دەگەرێت. چارەسەریش بۆ ئەو کێشەیە کەخۆی لەناو کەسەکە پەنهان کردووە، لەماوەی ژمارەیەك لەچالاکی و شارەزایی لە ژیانیدا، لەو چالاکی و پسپۆریانەش: دەبێت ئامانجی خۆی بەباشی دیاری بکات، هەردەم تێبکۆشێ بۆ بەدەست هێنانی شتە سەرەتاییەکان، دەبێ بزانێت ناکرێت کەس هەموو شتێك بەدەست بێنێت لە یەکەم جاردا، دەبێ بزانێت شەیتان گومان ناخاتە ناو دڵی ئەو کەسەی کە قبوولی ناکات و هەردەم تاعەتی خوای گەورە دەکات.

ناکۆکی لەسەر ئامادەکاری:

ئایا هەردەم تێدەکۆشی بۆ زیادە ڕەوی لە ئامادەکاری؟

ئایا هەوڵدەدەی خۆت و خەڵکی تر تەکلیف بکەی کە شایسەنیت؟

لەو کێشانە دادەنرێت کە گەنج قەدەغەدەکات لەسەر رازی بوون لەسەر ئەو هەنگاوە گرنگە لە ژیان عورف وعادات زۆری لە خەڵك دەکات لەسەر ئامادەکردنی ماڵ بە شێوەیەکی تایبەت. لەوەی واجب کراوە پاش خوازبێنی بارگرانی هەیە نازانم بۆچی؟ وەك: جەژنەکان یان بۆنەکان وە لاسایی کردنەوەکان، وە زۆری دیکە لە داب و نەریتە خراپەکان کە ئەو قۆناغە گرنگە قەدەغەدەکات لەتەواوبوون، پاشان ئامادەکای و بەراووردکردن لەگەڵ کەسانی دیکە دا بەگوێرەی رێژەیی دەکرێت، یان توانای ئەو بارگرانیەی بەبێ رەچاوکردن بۆ جیاوازی تاکەکان، وە لە دەستەواژە بلاْوەکان لەو بوارەدا بەکەسەکە دەڵێن: ئەگەر بەکەمتر رێژەش رازی بین دەبێت وەکو خوشکەکەی بێت، بێ رەچاوکردنی باری گوزەرانی ئەو کەسە.ئەگەر چاوێك بخشێنین بە مێژووی ئیسلامدا نمونەی باش دەبینین ئاماژە دەکات بەوەی کە بەختەوەری بە زۆری سامان نیە، یان مەرج نیە کچەکە وەك خوشکەکەی ئامادەکاری بۆ بکرێت، یان وەك دۆست و خزمانی....نمونەیەك هەیە لە سەردەمی پێغەمبەر درودی خوای لەسەربێت... کەوا هەردوو کچەکەی داخوازی کرد بۆ عوسمانی کوری عەففان. وە ئەو کاتە لە باشترین شوێن دەژیا شانازیترین بنچینە لەو سەردەمەدا باشترینیان بوو، چونکە عوسمانی کوری عەففان لە دەوڵەمەنترین ئەو سەردەمەدابوو، لە هەمان کاتدا فاتیمەی کچی دا بەعەلی کوری ئەبی تالیب خوا لەهەموویان رازی بێت لەکاتێکدا ئەو هیچ ماڵ و سامانێکی ئەوتۆی نەبوو تەنها کەمێك نەبێت کەبەشی پێداویسیەکانی نەدەکرد، لێرەدا بەئیمان و ئیسلام هەموو پێکەوە لەبەختەوەریدا دەژیان ئەوەی سامانی هەبووایە، یان ئەوەی سامانی نەبووایە تەنها کەمێك نەبێتن. وەلێرەدا بەختەوەری بەزۆری ئامادەکاری نیە وەك کەل و پەل یان شانازی کردن بەرامبەر خەڵکانی تر، بەلاّم بەختەوەری بەدڵنیایی و نیشتەجێ ی و خۆشەویستی یە،

ئەمەش نایەتە دی تەنها بە رازی بوون و خۆتەسلیم کردن بەخودای دلۆڤان، وە باوەری هێنـان بەقەزاو قەدەر. بەلاّم کەلو پەلو ئامادەکاری دەبێت لەسنووری تواناداا بێت یـان بـەگوێرەی توانا بەیٚ دەست بلاّوی یان رەزیلی....

تێبینیەکی گرنگ:

تێبینیەکم لەبەردەستدایە لە کەل و پەل و ئاماجەکاری بۆ ماڵی هاوسەرگیری، بریتـی یـە لە پێداگیری دایك و باوك لەسەر ئامادەکاری بە کەل و پەلی زۆر جۆراو جۆر لەو رۆژانـەدا، وە هەندیٚ جار لەهەمان جۆر بەلاّم بەتاخمی جیاواز، کاتێك تەماشام کرد دڵنیابووم لەوەی ئەو ژن و مێردە بەدرێژایی ژیانیان بەکاری ناهێنن ئەگەر سەد ساڵیش بژین، ئەی ئەم هـەموو کـەل و پەلە دەگمەنانە بۆ کێن؟ بروام وایە شتێك نیە تەنها جێگایەکی گەورەی دەوێت بـۆ تێکردنـی ئەو هەموو کـەل و پەلـە زۆرانـە، پـاك و خـاوێن کردنـەوەو گواسـتنەوە، سـودێکی زۆر کـە ناگەرێتەوە تەنها بۆ کارگەی دروست کردنی ئەم کەل و پەلانە نـەبێت، ئـەوەی زۆر خـەمبارم دەکات ئەوەیە ئەو هەموو کەل و پەلانەلـە دەرەوەی ولاّت دەهێنرێـت، چـونکە هـەردوو ژن و مێردەکە دەیانەوێت وا خۆ پیشانی خەڵك بدەن کەل و پەلەکانیان جوانن و لە دەرەوە هێنـراون و بە گرانترین نرخیش کراون.

تاکو کەی ئەو ململانیٚ یە دەمێنێتـەوە بـە خـەرج کردنـی بـیٚ بەرنامـە، ئیسـتا ئـەوە دادەنرێت لە کۆسپ و تەگەرەکانی هەندێك خوازبێنی، بۆ هەندێك کەسیش دەبێتە هۆی قـەرز بەسەریەوە تا ژیانی ماوە دەبێت بە قیست بیداتەوە، بۆیە تکادەکـەم بـا ئـەو داب و نەریتـە خراپانە بگۆرین.

کەم و کوڕی لەیەکتر ناسیندا:

خوازبێنی پێویستی بەماوەیەکی باش هەیە لە پێناو یەکتر ناسینی یەکێك لەلایەنەکان لەسەر ئەوی تردا، لەگەڵ ئەوەشدا هەر یەکێك ئەم تاقی کردنەوە دەوڵەمەندبکات بێدەسەلاَت دەمێنێتەوە لە لابردنی شتە شاراوەکان، تەنها لەهەندێ حاڵەتی دەگمەن نەبێت، لەگەڵ ئەوەشدا ئەمە زۆر پێویستە لەپێناو دروست کردنی ژیانی هاوبەش لەسەر زەوی رەق و بەرونیش دیارە، لەسەر ئەو بنچینەیە دەکرێت ژیان دەست پێبکات لەسەر روناکی و هیدایەت، ئەگەر ئەو بچینەیە وەستا لەسەر یەکتر ناسینێکی راشکاوانە دەکرێت ئەمە ببێتە نییەتێکی چاك بۆ ژیانێکی شاد بۆ داهاتوو.

وە بۆ خۆپاراستن و چارەسەری بۆ ئەو کێشەیە دەبێت کچ و کوڕ پێداگیری لەسەر ئەمانەی خوارەوە بکەن:

١-هەریەك دەبێت کەسایەتی ئەویتر بزانێت.

٢-هەریەکێك دەبێت بزانێت ئەوی تر چی خۆشدەوێت و رقی لەچیە.

٣-هەر یەکێك دەبێت زانیاری لەسەر خێزانەکەی تر هەبێت.

٤-هەریەکێك دەبێت بزانێت مێژووی ئەویتر چی تێدایە وەگرنگترین پسپۆری لەچی دایە.

٥-هەریەکێك دەبێت بزانێت ئەویتر ئارەزووی لەسەر چیە وە گرنگترین ئامانجەکانیشی چین.

٦-دەبێت هەردوولا بەڵێن بدەن لە چۆنیەتی یارمەتیدانی ئەوی تر لەسەر سەرکەوتن و بایەخ پێدان.

٧-هەردوو لارێککەون لەسەر سەرەتای رێگای بەختەوەری پێکەوە.

بۆ چوونە هەڵەکان دەربارەی ژیان:

هەندێ گەنج خەون و بۆچونی هەیە دەربارەی ژیانی هاوسەرگیری، ئەو خەونانەش

گەمارۆدراون لە چەند رۆژو شەوێك کە هەمووی رۆمانسیەت و پەیوەندی تایبەتی یە، هەروەها روون کراوەتەوە کە زۆربەی کێشەو بەربەرەکانیەکان کە گڕبەردەدات لە ژیانی هاوسەرگیری ئەو بۆچوونە هەڵەو خەیاڵیانەیە لە ژیان و دوارۆژدا، چونکە هەندێ کەس لە جیهانی خەونە گوڵاویەکان دەژین، وا بیر دەکاتەوە کە دوا رۆژ بەهەشتێکە بێ کێشەو گیرو گرفت، بەڵام پاش ئەوەی دەچێتە ناو دونیا تازەکەی کاتێك بەدوای ئەو بەهەشتە دەگەرێت نایدۆزێتەوە، بۆیە لۆمەی هاوسەرەکە دەکات کە ئەو بەرپرسیارە، ئینجا بەربەرەکانێ یەکی درێژ دەست پێدەکات کە ژیان تام و ماناکەی نامێنێت، لە کاتێکدا هەندێك هیواو ئاوات لە خەیاڵەوە دەردەچن ناتوانرێت لەسەر زەوی جێ بەجێ بکرێت.

پیاوو ئافرەت لەراستیدا مەلائیکەی ئاسمان نین، بەڵکو ئێمە مرۆڤین و لەسەر زەوی دەژین،دوورین لە بەهەشتی بەڵێن پێدراوو جیهانە خەیاڵی یەکان. لەو رێرەوەدا پێویستە داواکاران لەسەر خوازبێنی بزانن کە ژیانی گوڵاوی کەوا ماندوو بوون و هەڵخەڵەتاندنی تێدانی یە ئەوە بەهەشتی دوارۆژە، بەڵام ژیانی دونیابریتی یە مەنزڵگای کارو تاقی کردنەوە و تێکۆشان، لە گەڵ ئەوەش قورئانی پیرۆز وە سیەتمان دەکات کە چارەنوس لە بیر نەکەین، دەبێ باوەرمان وابێت کە ئەو ژیانە شیرینی تێدایە، بەڵام مرۆڤ جیاوازی دەکات لە ئەویتر لە تێگەیشتن و کاردا ئەگەر ئیماندار تووشی خۆشیەك هات سوپاسگوزاری دەکات ئەمەیان چاکەیەکە لەبۆی، وە ئەگەر توشی ناخۆشیەك هات ئارام دەگرێ وە دیسان چاکەیەکە لە بۆی.

هەڵخەڵەتاندن لەنێوان هەردوو لایەندا :

فێڵباز ئەو کەسەیە کە یەکێك لەلایەنەکان پیاو یان ئافرەتەکە لە پەنای خۆی دەهێڵێتەوە فێڵ لە ئەوی تریان دەکات و درۆشی لەگەڵدا دەکات، یان دەیهێڵێتەوە و قسەی بۆ دەکات، یان بە ئامانجی دڵ خۆشکردن، یان بە ئامانجی گرتنی و پارێزگاری لێکردنی، یان بە ئامانجی شاردنەوەی کەم و کووریەکانی کە ناتوانێت وا بە ئاسانی لێ ی دەربازبێت، لێرەوە ناکۆکی

سەر هەڵدەدات لە نێوان ژن و مێردەکە بەهۆی ئەو هەڵخەڵەتاندنە، ئاژاوە گێریش لەم نێوەندە ڕۆڵی خۆی دەبینێت و قسە بۆ یەکێکیان یان هەر دوولا دەکات.

بۆ نمونە کچ یان کور لەپێناو ڕاکێشانی لایەنی تر بۆ لای خۆی هەڵدەستێ بە قەناعەت پێهێنان بە هاوسەر گیری بەهۆی زیادە ڕەوی، یان درۆهەڵبەستن بەهۆی بەرزی پلەو پایەی سامانی یان ڕەوشتی، جگە لە بەڵێندانی بەتاڵ کە لەهەواوە دەردەچن، بەلاّم کە دەچنە گۆرەپانی ژیان شتە شاراوەکان ئاشکرادەبن وە ڕاستیەکانیش دەردەکەون، لەو کاتە ناکۆکی دەست پێ دەکات یان بیر دەکەنەوە لە دەربازبوون لەیەکتری، چونکە فێڵ لێکراو هەست دەکات هەر لە سەرەتاوە ئەوەی تر لەگەڵیدا ڕاستگۆنەبووە، ئەی کۆتاییەکەی چۆن دەبێت؟ باوەر بەیەکتری نامێنێت.

لەسەر ئەو بنچینە پێویستە داواکاران لەسەر داخوازی بزانن کەپێکەوە نانی ماڵی باش و وەستاو لەسەر خۆشەویستی و بەزەیی کردارێکی بازرگانی خراپ نیە لە چوا چێوەی دا بەهەر وەسیلەیەك بیت قازانج بەدەست بهێنی، بەلاّم ئەوە پەیوەندیەکی پیرۆزە پێویستی بە بەستانەوەکی پیرۆز هەیە وەستاو بێت لەسەر ڕاستی و ڕاشکاوی لە نێوان هەردوولا.

گەران بەدوای هاوسەردا تەنها بۆ تێرکردنی ئارەزووەکان:

تێگەیشتنێکی هەڵە هەیە لە لای هەندێ گەنج دەربارەی تێگەیشتنیان لە خوازبێنی و هاوسەرگیری. زۆربەی گەنجان هەوڵدەدەن لەپێناوی دامرکاندنی ئارەزووەکانیان هاوسەرگیری بکەن. وە باوەریان وایە کە ژیانی هاوسەرایەتی تەنها تێرکردنی ئەو لایەنەیە، بێئاگان لەوەی ئەوان دەڕواننە لایەنی ئاژەڵی کەنابێتە ئامانجێك بۆ پێکهێنانی خێزان، ئەمە یەکەمیانە، دووەمیان ئەم جۆرە هاوسەرانە زۆر نامێننەوەو بەردەوام نابن، چونکە بەخێرایی ئارەزووی سێکسیان دەکوژێتەوە، وە ئەم بینایە دەروخێت کەلەسەر ئەو بناخەیە دەستی پێکردبوو.

ژیانی هاوسەرگیری دەبێت لەسەر بنچینەی تێگەیشتن و هۆگری و خۆشەویستی و

تەواوکاری پێکەوە بنرێت، وە بەجێ گەیاندنی ئەرکی خودایی، تاوەکو بەردەوامی و بەدەست هێنانی بەختەوەری بەدوادابێت، وە لەئەرکەکانی دیکە باشی هاوسەرگیری جگە لەتێرکردنی ئارەزووەکانی سێکسی بریتی یە لە هەڵگرتنی بەرپرسیارەتی خەرجکردنی بژێوی، وە ئەرکەکانی کۆمەلایەتی و پیشەیی، وە بەرپرسیارەتی پەروەردەکردنی منداڵ، وە چاودێری خێزانی و زۆری تریش.

ژن هێنانی بەرژەوەندی:

ژن هێنان پەیوەندیەکی پیرۆزە لە نێوان دووکەس روودەدات رێخۆشکەرێکە بۆ دامەزراندنی ماڵ مانای خۆشەویستی و بەزەیی و منداڵ هەڵبگرێ، بەلام چی روودەدات ئەگەر ئەو ئامانجە پایە بەرزە بگۆرێت بۆ ئامانجی ماددی بەبێ رەچاوکردنی هەڵوێستی مرۆڤایەتی؟ وە چی روودەدات ئەگەر ئەو خوازبێنیە گۆرا بۆ خوازبێنی بەرژەوەندی؟ بەداخەوە هەندێك لە خوازبێنی هەن لەسەر ئەو بنچینەیە دامەزراون و بەردەوامیش روودەدەن، هەندێ کەس هەن داخوازی پێشکەش دەکەن لەدەروازەی بەرژەوەندیەکی دیاریکراو کاتێك ئامانجەکەیان هاتەدی هەموو پاکانەو هۆکارێکیان کۆتایی پێدێت و ژیان دەست پێدەکات بەناکۆکی و جیاوازی.

نمونەی حاڵەتێك:

گەنجێك لەهەموو شوێنێك دەگەرێت بەدوای ئافرەتێکی خاوەن سامان، کە زۆر پێویستێتی ببێتە هاوسەری، لێرەو لەوێ گەرا تاکو ئافرەتێکی تەلاق دراوی دۆزیەوە، هەرچەندە سامانی ئەوەندە زۆر نەبوو، بەلام بەشێك لە چاوچنۆکیەی پێك هات و هەندێك پێداویستی تێرکرد، بەکردار چووە پێشەوە، چونکە ئافرەتی تەلاق دراو لەبارێکی بریندار دایە دەگەرێ بەدوای یەکێك برینەکەی بۆ تیمار بکات، وە رازی بوو،.... پاش ماوەیەکی کەم

راستیەکە دیارکەوت، هەتا توانی لە پارەکەی خواردو کەم بووەوە، تاکو ئافرەتەکە هەستی کرد کە ئەوی خۆش ناوێت، بەلاّم لەنێوانیان تەنها بەرژەوەندی تایبەتی هەیە، کێشەکان دەستی پێکردو بەختەوەریش دوورکەوتەوە، پەیوەندیەکەش گۆرا بۆ ململانێ و شەرو شۆرو دڵەکانیش جیابوونەوە.

ئا ئەمەیە کۆتایی خوازبێنی بەرژەوەندی، وە هەموو کەسێك نیەتێکی هەیە، ئەگەر ئەو ژیانە تاڵە ژیانی ئەو بێت، ئایا دوارۆژەکەی چی دەبێت بەرامبەر خودای گەورەو میهرەبان، وە پرسیاری لێ دەکرێت دەربارەی ئەو راسپاردەیەی لەلابووە و لەژێر چاودێری ئەو دابووە، بۆیە خوازبێنی بەرژەوەند سازی نیە، بەڵکو بەرزترە لەوەیان، لەژێر رۆشنایی ئەم ئایەتە پیرۆزە خوای گەورەو دلۆڤان دەفەرموێت:(هن لباس لکم وأنتم لباس لهن).

ژن هێنانی ناچاری:

لە هەندێك بنەماڵەو خێزان سیستەمی خوازبێنی خزمایەتی هەیە، یان ژن هێنان بۆ کورەکان لە یەك خێزان هەر لەمندالیەوە بۆی دیاری دەکەن، ئەو خوازبێنیە پێ ی دەڵێن خوازبێنی بەناچاری، ئەمەیان ترسانکترین حاڵەتەکانی خوازبێنیە، کەوا باوك کورو کچە کەو مناڵەکانیان خوازبێنی دەکەن بێ ئەوەی گوێ بدەنە ئارەزووەکانیان، تەنها خەمێکە و دەیانەوی لێ ی دەربازبن، کاتێك بەزۆرە ملێ خواردنێکی دەیدەیتێ بەلاّم ئەو حەز بەم خواردنە ناکات و ئیشتیهای بۆ ناچێت. ئەمەش وەك خوازبێنی وایە، خوازبێنیش زۆر جاران تامی تێدانیە، ئەگەر تامیشی تێدابێت بەختەوەری تێدانیە، وەزیاتر لەمە هەرکارێك کێشەیەك لە نێوانیان رووبدات ئەوا ئەو کەسانە بە نەفرەت دەکەن کەبوونەتە هۆکاری ئەو ژیانەیان، کەوا ئەو دۆزەخەیان بۆ درۆست کردوون.

ژن هێنانی عورفی(داب و نەریت):

ژن هێنانی عورفی دابو نەریتێکە کارپێدەکرێت لەسەر خوازبێنی بەبێ سەلماندن بەبەڵگە نامەیەکی رەسمی، ئەگەر بە نوسراو بوو یان نەنوسراو، دووجۆریشن: جۆرێکیان یەکدەگرێتەوە لەگەڵ روکن و واجبەکان، وەجۆرێکیان وانیە.

جۆری یەکەم: گرێبەستێکی دوورستە هەموونیشانەکانی شەرعی لەسەر رێك خراوە، لەچێژوەرگرتن، جێگیرکردنی هەقی هەردوولا، وەدەبێت ئەم گرێبەستە جێگیر بکرێت بەرامبەر لایەنی رەسمی بەرێگاکانی سەلماندنێکی زانراو.

جۆری دووەم:وێنەیەك لەو: ناوەرۆکی گرێبەستەکە لەنێوان پیاوو ئافرەتەکە دەکرێت بەبێ شاهیدی لەسەر ئەمە، ئەمەش بەژن هێنانی نهێنی ناو دەبرێت، ئەمە گرێبەستێکی بەتاڵە، بەهۆی نەبوونی شاهید، وە بەهۆی بلاّو کردنەوەو ئاگادارکردنەوە کەهەندێك مەزهەب لەسەری کۆکن، جووت بوونی سێکسی حەرام دەکات، چونکە حەقی هەردوولا تێیدا جێگیرنیە، ئەگەر یەکێك ژنی مارەکرد بەبێ سەر پەرشتیار وەبەبێ شاهید و مارەکردنەکەشی شاردەوە، ئەو مارە کردنە بەتاڵە بەرێکەوتنی پێشەوایان، وە زانایانیش دەڵێت: (ناکرێت تەنها ئەگەر پەرشتیارێك نەبێت) (هەر ئافرەتێك بەبێمۆڵەتی سەرپەرشتیار مێردی کرد ئەوا مارەییەکە بەتاڵە) یەکێ:ی تریش لەسەلەفیەکان دەڵێت مارەیی دروست نییە تەنها بە دوو شاهێدنەبێت، ئەو مەزهەبەش ئەبو حنیفەو شافعی و احمد و مالك دەڵێن پێویستە مارەکردن بە ئاشکرابێت، وە ژن مارەکردنی نهێنی لە رەگەزی مارەکردنی تاوانەکانە، خودای گەورە دەفەرموێت:(محصنات غر مسافحات ولا متخذات أخدان).

دەربارەی ژن هێنانی عورفی دکتور فرید واصل دەڵێت: خوازبێنی عورفی بەپێ ی شەرع دروست نیە لەم کاتەدا کەوا ئێمەی تیاین، وە بلاّو کەرەوەو ئاینەکانیش دەربارەی ووتویانە، فیتنە تێدازۆردەبێت، شایەدەکانیش لەوەی کە شاهیدیان لەسەردابوو نکۆڵی دەکەن، وە شایەد بەدرۆو وونکردنی مافی ژن و مێرد، ئەم خوازبێنیە دروست نابێت تەنها ئەگەر ئەو ئەرکان و



مەرجە شەرعیانەی تێدا هەبێت:

١-دارشتنی شەرعی دروست لە نێوان مێردەکە یان بریکارەکەی وە سەرپەرشتیاری ژنەکەیان یەکێك لە بریکارە شەرعیە نزیکەکانی.

٢-ئامادەبوونی سەرپەرشتیاری شەرعی بۆ ژنەکە لەکاتی گرێبەستەکە بۆ ئەوەی بەخۆی سەرپەرشتیاری گرێبەستەکە بکات لەجیاتی ژنەکە، چونکە سەرپەرشتیاری شەرعی روکنێکە لە روکنەکانی خوازبێنی لەلای ئامادە بووان، وە دواکەوتنی ئەم روکنە بەتاڵ دەکاتەوە لای ئامادە بوان، ئەمەش بەشێوەیەکی گونجاو دەبینین بۆ ئەم کاتە، بۆ قەدەغە کردنی فێڵ کردن.

٣-هەبوونی شاهیدی دادپەروەر لە کاتی دارشتنی گرێبەست وە دادپەروەری ئاشکرا مەرجێکە لە دروستی شاهیدەکان لەسەر گرێبەستی هاوسەر گیری، وە دادپەروەریش لە یەکێك داوادەکرێت لە گوناهەگەورەکانی ئەنجام نەدابێت، وە زۆر سوریش نەبێت لە ئەنجامدانی گوناهی بچوك.

٤-ئاشکراکردنی مارە کردنەکە، واتە: خوازبێنی لەلای گرێبەست ئاشکرای گشتی یە، ئەمەش بەرێگاکانی ناساندنی بەسەر خەڵکدا، لە هەمووی گرنگتر دامەزراندنی ئاهەنگ و خۆشی،وە بانگهێشت کردنی خەڵك بۆ ئامادە بوونی گرێبەستەکە، ئاشکراکردنی بەهەموو هۆکارێکی شەرعی و ئاهەنگ گێران بە ناو خەڵکدا، بۆ حەدیسێکی عائیشە رەزای خوای لەسەر بێت دەفەرموێت: پێغەمبەر درودی خوای لەسەربێت دەفەرموێت:(أعلنوا هذا النكاح، واجعلوه في المساجد، واضربوا عيله بالدفوف)، وە رەزەنیش زیادی کردووە:(فان فصل مابين الحلال والحرام: الصوت) أخرجه الترمذي.

بۆیە ئاشکراکردنی گرێبەست لەلای مالیك روکنێکە لە روکنەکانی مارەیی، ئەمەش دروستە لەم چەرخەدا، وە دروست لەبەر ئەمە هەر گرێبەستێك دەربچێت وە ئەم مەرجانەو روکنانەی تێدانەبێت گرێبەستێکی شەرعی و دروست نیە، وە گرێبە ستیش بەبێ ئەمە لە فەرمانی داوێن پیسیە.

ژن هێنانی مسیار:

ژن هێنانی مسیار: بریتی یە لە گرێبەستی مارەیی لەسەر ئافرەت گرێبەستێکی شەرعی هەموو مەرج و ئەرکەکانی تێدایە، تەنها ژنەکە بەرەزامەندی خۆی لە هەندێك مافی خۆی لەسەر مێرد خۆش دەبێت، وەك نیشتەجێ، وە خەرجی، وە ماڵ دانان بۆی. ئەم دیاردەیەش لەبەر زۆری ئافرەتانی شوونەکردوو دامەزراوە، وەهەر وەها لەبەر نەبوونی توانای هەندێ کەس لەسەر خەرجی زۆر و ماڵ دانان، لەبەر ئەوە پەیوەندی بەم ماڵەتازەیە تەنها ئەنجام دانی پەیوەندی تایبەتی نێوان ژن و مێردە.

حوکمی ژن هێنانی مسیار/

سێ راهەن لەسەر حوکمی ژن هێنانی مسیار وەك ئەمانە:

حوکمی یەکەم: ئەمەیان رێپێدراوە لە گەڵ ئەوەش ناپەسندە، وە مانای ئەوو وتەیە گرێبەستێکە هەموو روکن و مەرجەکانی شەرعی ئەنجام داوە، هیچ بەهانەیەك وە رناگرێت بۆ حەرام وەك: ژن هێنانی هەڵوەشاوە یان ژن هێنانی کاتی، مەبەست لێ ی ئەوەیە ژنەکە رازی بووە بەلێخۆشبوون لە هەندێك لە مافەکانی، وە ئەوەی رێپێدەدات بەم جۆرە هاوسەرگیریە پشت دەبەستێ بە هەڵوێستی دایکی ئیمانداران سودەبنت زمعە خوا لێ ی رازی بێت کاتێك گەورە بوو خۆی خەڵات کرد بە پێغەمبەر درودی خوای لەسەر بێت کەوا ببێتە هەوێ ی عائیشە، پێغەمبەریش درودی خوای لەسەربێت بۆ عائیشەی دابەش کرد بەدوورۆژ: رۆژێك بۆ ئەوو رۆژێکیش بۆ سەودە.(رواە البخاری).

حوکمی دووەم: ئەم جۆرەیان حەرامە، نهێنیەکەش لەم جۆرە هاوسەرگیریە ئەگەر بڵاو ببێتەوە لەناو کۆمەڵگا هیچ ئامانجێك لە هاوسەرگیری بەدەست نا هێنێ، لەدڵنەوایی و خۆشەویستی و چاودێری تەواو بۆ مافەکان و ئەرکەکان وە پەروەردەکردنی منداڵ.

حوکمی سێیەم: وە ستانێك لە حوکمەکەی، ئەوەی دیاردەکەوێت کەوا مەرجدادانی پیاوە کە لابردنی نەفەقە و ماڵدانانە، لەگەڵ ئەوەش گرێبەست دروستە وە هاوسەرگیریش دروستە، چونکە ئەم جۆرە هاوسەرگیریانە هیچ وەر ناگرێت لە پێداویستیەکان کەوا هەرشارەزایەکی دادپەروەر کە ئەیدات بەبێ فراوان بوون و روونکردنەوە لەو جۆرە هاوسەرگیریە. هەروەها ئەم جۆرە ژن هێنانە بە کێشەکانی خواز بێنی دادەنرێت، چونکە هیچ خۆشەویستی و بەزەیی و دڵنەوایی لەدواوەیدا نییە کەلەئامانجەکانی خوازبێنیە،بەڵام زۆربەی جار گەمارۆ دراوە بە بەتێرکردنی ئارەزووە سێکسی یان بۆ بەهێزکردن. ئەوەش سودێکی بەدیهاتووە لەگەڵێك سوودی وون بوو، بۆیەش ئەمە نابێتە کۆمەڵگایەکی تەواو و بەختەوەر لەگەڵ ئەم جۆرە خوازبێنیە،

زیادە رۆیی لەنێوان ئاراشت دان، وە درۆکردن لەو قۆناغە :

ئایا زیادە رەوی دەکرێ لە خۆئارایشت دان و دوورکەوتنەوە لەراستی لەقۆناغی خوازبێنی؟

ئایا لەقۆناغی خوازبێنی درۆکردن و لادان هەیە؟

زۆر بەی گەنجان لە قۆناغی خوازبێنی پێداگیری دەکەن بۆ زیادە رۆیی لە ئارایشت دان و دەرخستنی ئەوەی لە تایبەت مەندیەکەی دانیە، ئەگەر بۆ ئارایشتن دان ئامانجێکی پایە بەرز هەبوو، ئەوەش دڵخۆش کردنی لایەنەکەی ترە، یان دروست کردنی پەیوەندیەکی خۆشەویستی یە لەنێوانیان، ئەوەش کارێکی باشە، بەڵام ئەگەر ئەم ئارایش دانە درۆ و شاردنەوەی راستی بێت لەلایەنەکەی تر، ئەمەش هۆکارێکی جیاوازە لە بەدەست هێنانی ئامانجەکان، چونکە هەر یەکێك لەوانە یەخەی ئەویتر دەگرێت بەرەفتارێك کە پێشبینی نەدەکرا، زۆر کێشەش روودەدات، بەختەوەریش دوور دەکەوێتەوە، ئاژاوەو جیاوازی نزیك دەبێتەوە و کۆتاییەکەشی باش نابێت. بۆ زاڵ بوون بەسەر ئەو کێشەیە دەبێت پێداگیری بکەیت لەسەر ئەمانە:

١-یەکەم لەسەر هەردوولا پێویستە راشکاوبن بە خاسیەتەکانی، وە وەستان لە سەر کەم

و کورییەکانی، یان بەراست کردنەوەی ئەو کەم و کورییانە، یان یارمەتیدانی لایەنی دیکە لەسەر رازی بوونیان سەربگرێت.

٢-دەبێت خۆرازاندنەوە لەسنوری سەرنج راکێشانی ئەوی دیکەبێت، وە زیاد کردنی پەیوەندی خۆشەویستی و بەزەیی لەنێوانیان.

٣-هەر یەکێك کۆشش بکات بۆ گەران بەدوای خاسیەتی ئەوی دیکە لە باش و ناتەواویەکان، وە وەستان لەگەڵی بەبێ لایەنی تاوەکو ژیان بە رەخنەو تانەو تەشەر دەست پێنەکات، چونکە بەختەوەری لەلایان دوور دەکەوێتەوە.

٤-دەبێت رێکەوتنەکان لەنێوانیان لەسەر گرنگترین هەنگاوەکان بێت کە یارمەتی هەموو لایەك بدات لەسەر مامەڵەکردن لەگەڵ یەکتر بە خۆشەویستی، تاوەکو هەنگاوەکان بەختەوەری بەدەست بهێنن.

کێشەی سەربەستی لە رادەبەر لەماوەی دەستگیرانیدا :

لە هەندێك خێزاندا سەربەستیەکی رەها هەیە لەژێر ناونیشانی: من دڵنیام لە کچەکەم، یان پشت ئەستوورم بە کچەکەم، بۆیە بۆ گەنجەکەو دەستگیرانەکەیسەربەستی فەراهەم دەکەن بۆ ئەوەی لەماڵ بچنە دەرەوە، وە بەکەیفی خۆیان دابنیشن و برۆن بەبێ پەیوەندی و سنوور، لە پێکەوە دانیشتن بەتەنها دەبوورێن بەبیانووی زیاتر یەکتر بناسن، لێرەوە کێشە روودەدات، بەلام ئەو کێشەیە لەو بوارەدا روودەدات، ئەوەیە ئەگەر گەنج کۆبووەوە لەگەڵ ئافرەتێك لەگەڵ ئەوەی شەرعی نیە بۆی لێك نزیك بوونەوە گفت و گۆ روودەدات، دوای دەست لێدان و پێشەکیەکان دەروانن کە ئەمە سۆزو خۆشەویستی یە بەرامبەر خۆشەویستەکەی، هەروەها ئەگەر رێکەوتن و گرێبەست و دروست کردن رونەدات ئەوا هەردوولا زەرەرمەند دەبن، پیاوەکە زەرەر مەند دەبێت چونکە پشتی لە خواکردووە، لەوانەیە توشی چارەنووسێکی خراپ بێت، وە ئافرەتەکەش زۆر زەرەر مەند دەبێت، ئابرووەکەی لەدەست دەدات و واخۆی دێتە بەرچاو کە

سووك و ریسوابووە، ناوبانگیشی لەناو خەڵك دەشێوێت،

بەلاّم ئەگەر ئەم پەیوەندیە گەشەی سەندو گەیشتە پەیوەندیەك تەنها ژن و مێردەکە پیّ ی ئاگادار بوون، ئەوا زەرەر مەندیەکە دوایی بۆ هەردوولایان دەگەرێتەوە بە تایبەتی ئافرەتەکە، بۆیە پێویستە هەموو خێزانێك سووربێت لەسەر پەروەردەکردنی مندالەکانیان چۆن سەربەستی بەدەست دەهێنن، بەلاّم بەمەرجێك پێچەوانە نەبێت لەگەڵ شەرع و ئاین، هەتاکو کاتێك پەیوەندیەکەش تەواوبێت لەسەر بنچینەیەکی دروست بێت، لەدواییدا بەختەوەری و دڵنەوایی و بێدەنگی بچەسپێت. بەلاّم پاش گرێبەستەکەش دەبێت سەربەستیەکە بۆ هەردوو هاوسەرەکە نەگاتە رادەی ژن و مێردایەتی، تاوەکو بەختەوەری دروست لە شەوی بووکێنیدا بێتە دی، بەلاّم ئەگەر گەیشتە پەیوەندی ژن و مێردایەتی هەرچەندە پێچەوانەی شەرع نیە، بەلاّم پێچەوانەیە لەگەڵ داب و نەریتەکان.

ئیستا بانگەوازی بۆ هەموو کەسێك کە دەیەوێت بەختەوەری شانسی بێت لەو قۆناغەدا وە مافی خۆی باش بزانێت وە هەوڵبدات بۆ بەدەست هێنانی، وە ئەگەرکە کانی خۆی بزانێت وە یارمەتی خەڵکی تریش بدات بۆ ئەم مەبەستە، لەگەڵ ئەوەش کێشەی دروست لەهەڵەکردندا نیە، بەلاّم کێشەی گەورە ئەوەیە کەسێك رێگای راست بناسێت و بەردەوام بێت لە هەڵەکردن، ئەوەش هەڵوێستی کەسێکم بیر دێنێتەوە کە دەڵێت: ئەمە ژەهرە ئەگەر لیّ ی نزیك بیتەوە ئەوا دەت کوژیّ، .... وە دەڵێت: تەنها یەك جار هەڵدەستم بەتاقی کردنەوەی، لەو حاڵەتەدا نابێت تەنها جارێکیش تاقی بکەیتەوە چونکە دواییەکەی مردنە، هیچ ئاقڵمەندێك شتێك تاقی ناکاتەوە لە هەڵوێست و رووداوەکان کەژیان و راستێتی ئیسپاتی کردبێت کەئەمە درووت دەخاتەوە لە بەختەوەری و شادی.



بەکورتی:

بەم راسپاردانە لەو وەرزدا دەردەچن:

١-دەبێت دەست نیشانکردنەکە لەسەرەتاوە لەسەر بنچینەیەکی باش بێت.

٢-دەبێت دەست نیشان کردنەکە بەپلەی یەکەم لەسەر بنچینەی ئاین بێت.

٣-لە سەرەتای یەکترناسین پەیوەندیم لەگەڵ دەزگیرانەکەم باش دەکەم، وە کۆشکیش لەسەر هەوا دروست ناکەم.

٤- دەبێت لەیەکەم ساتی هاوسەرگیری راشکاوانە بیت.

٥- لەهەموو مامەڵەکانماندارەچاوی هەقی خوای گەورە بکەین.

٦-لەئامادەکاری و کەلو پەلو خەرجیدا زیاتر لەتوانا زیادە رەوی نەکەین.

٧-پاش دەست نیشان کردنێکی باش با رارا نەبین.

٨-لە کاتی دەست نیشانکردنی هاوسەردا باخۆمان لە هاورێی خراپ بەدوور بگرین وە بەرەو بنیاتنان بەرەو یەکەم قۆناغەکانی خوازبێنی هەنگاو بنێین.

٩-با وریابین لە ترسناکیەکانی ژن هێنانی عورفی و ژن هێنانی میسار لەسەر کۆمەڵگا.

١٠-لە هەموو ئیش و کارەکاندا با دڵ سۆزی بیر خۆمان بهێنینەوە بۆ روو بەروو بوونەوەی خوای دلۆڤان، تاوەکو سەرکەوتوو راستگۆبین.

خۆت تاقی بکەرەوە:

ئەمەی دێت کۆمەڵێك پرسیارن پێویستە لەسەر خۆت جێ بەجێیان بکەیت، ئەگەر بەتەواوی رێککەوتی لەگەڵیدا ئەوا لەژێر هەڵبژاردنەکە (بەڵێ) دابنێ وە ئەگەر رارابویت ئەوا نیشانەی (هەندێ جار) دابنێ، وەئەگەر رێککنەکەوتی ئەوا نیشانی (نەخێر) لەژێر هەڵبژاردنەکە دابنێ.



ز	پرسیارەکان	بەڵێ	هەندێ جار	نەخێر
١	ئایا ترسناکی رارایی دەزانی چیە لە هەڵبژاردنی هاوسەردا؟			
٢	ئایا دەزانی کێشەکانی دێنە بەردەمت چین لەکاتی یەکتر ناسیندا؟			
٣	ئایا دەزانی ترسناکی ژنهێنانی بەرژەوەندی چیە؟			
٤	ئایا دەزانی ترسناکی ژنهێنانی عورفی چیە؟			
٥	ئایا دەزانی ئامانجی سەربەستی زیادە رۆیی چیە لە قۆناغی دەستگیرانیدا؟			
٦	ئایا دەزانی تەگەرەکانی درۆو زیادەرۆیَ لە رازاندنەوە چیە لە قۆناغی دەسگیرانیدا؟			
٧	ئایا دەزانی بەرهەمەکانی تێگەیشتنی هەڵە چیە لە سروشتی خوازبێنیدا؟			
٨	ئایا دەزانی چۆن خۆت پاك دەکەیتەوە لە کێشەکانی قۆناغی دەستگیرانی؟			
٩	ئایا دەزانی کێشەکانی روودەدەن لەکاتی بارگرانی لایەنی دووەم بەزیاتر لە توانای خۆی چین؟			
١٠	ئایا پیداگیری دەکەیت لەسەر رێزگرتن بەسنووری شەرع لە قۆناغی دەستگیرانیدا؟			

هەڵسەنگاندن:

ئەگەر وەلاّمەکەت بە(بەلیّ)بوو ئەوا دوو پلە وەردەگریت، وە ئەگەر وەلاّمەکەت (هەندیّ جار) بوو ئەوا یەك پلە وەردەگریت، بەلاّم ئەگەر وەلاّمەکەت بە(نەخێر) بوو ئەوا هیچ وەرناگریت.وە دەکرێت خۆت هەڵسەنگێنی وەك ئەمەی خوارەوە:

پلە	حالەت
لەسفر- ٤ پلە	تۆ گەلێك کێشەت لەبەر دەم دایە لەو قۆناغەدا لە دروست کردنی ماڵێکی بەختیار.
لە ٥-١٠ پلە	تۆ هەوڵدەدەیت لە قۆناغی دەستگیرانیدا کان کێشەکان دووربخەیتەوە، وە پێویستیت بە زانیاری زیاترە.
لە ١١-١٥ پلە	تۆ بەرێگادا دەڕۆیت، بەلاّم هێشتا کۆسپ و تەگەرە هەیە لە بەختەوەری پێگەیشتنت لە قۆناغی دەستگیرانیدا.
لە ١٦-٢٠پلە	تۆ شایەنی ئەوەیت هەنگاو بنێیت لەسەر رێگای بەختەوەری، پێویستە لەسەرت بەردەوام بیت، وە بگوازیتەوە بۆ قۆناغی داهاتوو.

بەشی چوارەم

شەوی پەردەو پەیوەندی سێکسی

-ئامادەکاری.

-ئاهەنگی خوازبێنی.

-ئامۆژگاریەکانی شەوی پەردە.

-سەرەتای جووت بوون.

-کایگەری ماچ لەژیانی هاوسەرگیری.

-ئارام گرتن لەسەرەتای یەکترناسینی سێکسی.

-ژنەکە چی خۆش دەوێت لەمێردەکەی.

-مێردەکە چی خۆش دەوێت لە ژنەکەی.

-جیاوازی نێوان پێگەیشتنی دوورەگەز.

-جیاوازی نێوان پیاو و ئافرەت لە سێکس دا.

ڕێکەوتنی نێوان ژن و مێرد لە جووت بووندا.

-جۆرەکانی جووت بوون.

-قۆناغەکانی جووت بوون.

ڕۆڵی هەریەکە لە ژن و مێرد لەجولاّندن.

-چی هەیە پاش جووت بوون.

-ناوەرۆک.

-خۆت تاقی بکەوە.

ئامادەکاری:

هەموو قۆناغێك لە ژیانی مرۆڤ بەگرنگ و سوود بەخش دادەنرێت، وە مرۆڤی ئاقڵ هەموو ساتەکانی ژیانی گرنگی پێدەدات لەماوەی نیاز پاکی و دڵسۆزی بۆ خودای گەورەو میهرەبان، هەر وەها خودای گەورە لەبیر ناکات لە خۆشی و ناخۆشیەکان، لەو ڕێزەوەدا هەر کەسێك بیەوێت پێویستە ژیانی نوێ ی دەست پێبکات بە جۆرێك بەختەوەرو سەرکەوتووبێت، وە نیازی وابێت لەماوەی ژیانە تازەکەی لە خودای گەورە نزیك بێتەوە، وە ماڵێکی نوێ پێك بێنێت دامەزرابێت لەسەر شەرعی خودای گەورەو میهرەبان.

-ئاهەنگی خوازبێنی:

ئاینی ئیسلام شادی و خۆشی لەدەروونەوە ڕێپێدراوە، وە پیرۆز بایی و دەعوەت کردن، وە کۆبوونەوەی خەڵك و خزم و دۆست و خۆشەویستان، وە هەموویان دڵخۆش دەبن لەگەڵ ژن و مێردەکە، وە پیرۆزبایی لەیەکتری دەکەن بۆ پێك هێنانی ماڵێکی تازە، ژیانت دەست پێمەکە بەخراپە لەژێر بیانووی تەنها شەوێکە، چونکە یارمەتیدەرە بۆ گەنج لەسەر تاوان بەبیانووی شادی دەربرین، بۆنموونە: ئامادەکردنی هەندێك خواردنەوە، یان پەنا بردنە بەر هەندێك نمایش کردنی لاشەکانیان لەژێر ناونیشانی هونەر، ئەمە چۆن زامنی سەرکەوتن و بەختەوەری دەکات لەداهاتوودا؟

لەم دەروازەدا ئەوەی دەیەوێت سەرەتایی ژیانی دروست پێویستە شادی دەربڕێ و خەڵکیش بەختەوەر کا، بەڵام بە مەرجێك لە خودای گەورە یاخی نەبێت و دەربچێت بە هەر هۆکارێکی رابواردن لەسنوری شەرع.



ئامۆژگاریەکی شەوی پەردە:

شەوێکی بنیاتنەرە شەوێکی جوانە ڕەوایە خۆشی و شادی دەربڕی، ئەو خۆشیە گشتگیر دەکرێ لەسەر خزم و ناسیاو و دراوسێ و خۆشەویستان و هاوڕێیان، وە هەروەها دەکرێ گۆرانی تێدا ئامانجگربێت و کەیف و شادیش ڕێپێدراوە، وە دەکرێ چێشت لێنان و خۆئارایشتدانی تێدا ئەنجام بدرێ، بەڵام بەمەرجێك خەرجی کەسەکە زیاتر لەتوانای خۆی نەبێت، یان بچێتە خانەی دەست بڵاوی بەبێ ئامانج، وە هەروەها کاتێکی خۆش و جوان تێدەپەرێت لەگەڵ خزم و دۆستان، پاشان شوێن بۆ ژن و مێردەکە چۆڵ دەکەن، لەو ساتەدا ژیانی تایبەتیان دەست پێدەکات. واباشترە هەردوو ژن و مێردەکە ژیانیان دەست پێبکەن بەدوو ڕکەعەت نوێژکردن بۆ دەست پێکردنی ژیانێکی تازە، تاوەکو خێرو بەرەکەت لەلایەن خودای گەورەو میهرەبانەوە برژێتە سەریان. وە پاشان پەیوەندی تایبەتی پەیوەندی جووت بوون لەنێوان ژن و مێردەکە دەست پێدەکات، ئەوەش پێویستی بەچەند ئامۆژگاریەك هەیە تاوەکو بەختەوەرو سەرکەوتووبن بەبێ کێشەو گرفت لەژیانیاندا.... ئەمەی خوارەوە گرنگترین ئەو ئامۆژگاریانەن:

١-ژن و مێردەکە ڕۆژێك یان چەند ڕۆژێك بە هیلاکی و دەمارگیری و شپرزەیی دەژین: ئەنجامی جوڵەی بەردەوام و داواکاریەکانی ڕۆژی بووك گواستنەوە، یان ڕۆژانی پێشتر لە ئامادەکاری و کەل وپەل، لە و حاڵەتەدا وا باشترە هەوڵی جووت بوون نەدەن لە شەوی پەردەدا، بەڵکو ئەو شەوە بکەنە شەوی پشوودان، ئەم کردارە دوابخەن بۆ ڕۆژی دواتر یاخود ڕۆژانی تر، چونکە ئەگەر لەم شەوەدا ئەم کارە ئەنجام بدەن زۆر جاران بەسەر نەکەوتن کۆتایی دێت، ئەگەر زاوا لەجاری یەکەم سەر نەکەوت وە هەوڵیدا بۆ جاری دووەم لە هەمان شەودا ئەوا شپرزەو هیلاك دەبێت و لەوانەیە سەرنەکەوتن ببێتە هۆگری، بەڵکو زیاتر لەمەش زاوا دەچێتە بازنەی گوماناوی لە سەرنەکەوتن، تووشی خەمۆکی سێکسی دەبێت، یان هەست کردن بەروخان، لەوانەشە خەڵکەکە بۆ ئەوەی دەگەرێننەوە کە نووشتەی لێکراوە بەتایبەتی لە

شوێنە فۆلکلۆریەکان.

لە هەمووی باشتر ئەوەیە بووک و زاوا هەوڵبدەن کەش و هەوایەکی لەبار بەدەست بهێنن پربێت لە خۆشەویستی و شاعیرانە، وەك ئەوەی سەرەتای ئێوارەیەکی کش و ماتە لەژێر تیشکی بێدەنگی، لەگەڵ شتێك وەك گاڵتە کردنێکی سووک و دیاریەکی جوان لەلایەن بووکەکەوە، چونکە هەموو ئەمانە ژن زیاتر باوەری بە پیاوە کە دەکات و دڵنیان ئارام دەبێت.

٢-پێویس ناکات پیاوەکە داب و نەریتی خراپ بەکاربهێنێ، بەتایبەتی لە گوندەکان و ناوچە فۆلکلۆریەکان روودەدات، ئەویش چاوەرێ کردنی ئەنجامەکەیە، ئارەزوو دەکەن لەدیتنی کراسی بووکێ، وە زۆری تریش لەو رەوشتانە کە هەندێ جار دەبێتە کێشەی دەروونی و چارەسەریشی بەزەحمەت دەبێت، وە تایبەتی لەلای ئافرەتەکە، وە لەوانەیە کێشەکە چارە سەری نەبێت ئەگەر هات و ئافرەتەکە هەستیار یاخود زۆر بەشەرم و حەیابێت، یان دەبێتە هۆی دڵ ساردبوونی کەسوکاری زاوا لەسەر بووکەکە، ئەم کێشەترسناکانە دەبێت دوور بخرێنەوە تاکو کاریگەری نەکات لەسەر بەختەوەری هاوسەر گیری لە داهاتوودا.

٣-ئامۆژگاری ئەو کەسە دەکرێت کە لەلە یەکەم جار لە پەیوەندی جووت بوون سەرکەوتوو نەبوو بە ئارام گرتن، چونکە ئەمە کۆتایی نیە، بەڵام پێویستە بگەرێن بەدوای هۆکارەکان بۆ چی ئەمە روویداوە، دەکرێت بگەرێتەوە بۆ سێ هۆکار:

یەکەم: بەبیر خۆ هێنانەوە کە پێشتر چەند ماندوو هیلاك بووە، ئەمەش دەبێتە هۆی باری پشێوی و شپرزەیی کەوا سەرکەوتوو نەبوو لەگەیشتن لەگەڵی.

دووەم: لەوانەیە کێشەیەکی دەروونی لەیەکێك هاوسەرەکان هەبێت، ئەنجامی ئەزموونێکی بەژان، یان کێشەی دەروونی، یان گرێ و ئاڵۆزیەکی هەیە لە رابردوودا، ئەمەش پێویستی بە دکتۆرێکی تایبەتی هەیە لە چارەسەری دەروونی.

سێیەم: لەوانەیە نوشتە یان شتێکی لەو بابەتەی لێکرابێت، ئەمەش چارەسەری بەدوعاو پێشکەوتنی یاسایی و شەرعی هەیە، پێویستی بە فاڵچی و جادوگەر نیە، چونکە پەنابردنە



بەر ئەم جۆرە خەڵکانە کەسەکە لە بازنەیەکی تاریک دەسوڕێنێتەوە، بەدەست هێنانی بەختەوەری لە دنیاو دوارۆژدا لاواز دەبێت.

٤-دەبێت مێردەکە سروشتی توێکاری بۆ ئەندامی مێینە بزانێت، پەردەی کچێنی چۆنە؟ وە چۆن مامەڵە دەکات لەگەڵ ئەم هەڵوێستە تاوەکو سنورێك بۆ ئەم ئازارە دابنێ کە ئافرەتەکە تووشی دەبێت لەگەڵ یەکەم پەیوەندی جووت بوون، لە هەمانکاتدا دەبێت لەو بروایە دابێت کە ئازارەکەی ئەوەندە زۆر نیە تاوەکو نەترسێت و ببێتە هۆی ترسان لەو کردارە لەکاتی پەیوەندیدا، بەجۆرێك روانینی ئافرەتەکە بەئازاری زۆر لەئەنجامی درانی پەردەی بووکێنی دروست نیە، بەڵکو ترسی ئافرەتەکە زاڵ دەبێت بەسەریدا، ئەگەر ئافرەتەکە نەترسێت ئەوا مێردەکە بە رووخۆشی و سەلیقەوە لەگەڵ ژنەکەی دا دەبێت بەماوەکی کەم لەجووت بووندا ئازارەکەشی هەروەك نقورچەیەکی سووکە بەدەست بگیرێت لەبەشێك لە بەشەکانی مرۆڤ.

٥-یەکێکی تر لە داب و نەریتە نێگەتیفەکان کە پێچەوانە دەبێتەوە لە سەرپەیوەندی جووت بوون لەدوارۆژدا ئەوەیە کەلە هەندێك پیاوان وادەزانن کە پەردەی کچێنی دەبێت لەشەوی یەکەمدا بدرێت، بەڵام واباشترە کەمێردەکە پێداگیری بکات لەوەی کونکردنی پەردەی کچێنی بەشێوەیەکی هێواش و لەسەر خۆوبێت وە بەچەند شەوێکیش تەواو بێت، ئەوەش بەبێدەنگی و بەختەوەری و پشوو و دڵنەوایی و چێژوەرگرتن روودەدات، بەبێ ئێش و خەم و شپرزەیی. بۆئەوەی ئەمەش بەبێ نیشانەیەکی لابەلا تەواو بێت دەکرێت ئافرەتەکە بەهۆی بەکارهێنانی مەرهەمێك وەك(فازلین) بۆ یارمەتی دانی نێرینە لەسەر تەواوکردنی پەیوەندی جووت بوون لەسەرەتایی کردار بەبێ کێشەوگرفت.

٦-لە کارەگرنگەکانی سەرەتای پەیوەندی جووت بوون بریتی یە لە رۆشنبیری مێردەکە، وە زانیاری هەبێت لەسەر سروشتی جیاوازی تاکەکەسی لەنێوان ئافرەتان لەپەردەی کچێنیدا، وە کاردانەوەی خوێن هاتن لەگەڵ ئەنجامدانی پەیوەندی جووت بوون جیاوازە لە ئافرەتێکەوە

بۆ ئافرەتێکی تر، دەکرێت پاش کونکردنی پەردەی کچێنی خوێنێکی زۆر بێت، لەوانەشە دڵۆپێك یان چەند دڵۆپێك خوێنی سووك بێت، وە لەوانەشە لەکاتی ئەنجامدان خوێن روونەدات بەگوێرەی جیاوازی جۆری پەردەی کچێنی.

٧-ئەو خوێنەی کەلەوانەیە لەکاتی کونبوونی پەردەی کچێنی لە ئافرەتەکەدابێت، لەوانەیە دڵۆپێك بێت، لەوانەشە خوێنێکی زۆر و هێواش بێت لەهەندێك حاڵەتی قورس وە دەگمەنیشە، دەبێت مامەڵەی لەگەڵدابکەی بەپاککەرەوەیەك تاوەکو پیس نەکات، لە هەمان کاتدا یارمەتی بدرێ لەسەر سارێژبوونەوە و چاکبوونەوەی بەپەلە، وا باشترە پیاوە کە نەچێتە لای پاش خوێن بەربوون بۆماوەی دوورۆژ یان سێ رۆژ تاکو برینەکەسارێژدەبێت.

٨-دەبێت ژن و مێردەکە بەبیریان بێت لەدوای ئەم پەیوەندیە پاداشت و چاکەیان بۆ دەنوسرێ، کەوا ئیسلام بۆیانی داناوە بەلاّم بەمەرجی نیەت پاکی، کەوا لە حەدیسێکی سەحیح دا هاتووە:(وفي بضع أحدكم صدقة).قالوا: يارسول الله، أيأتي أحدنا شهوته وكون له فيها أجر؟ قال:(نعم، أليس اذاو ضعها في حرام كان عليه وزر؟ كذلك اذا وضعها في حلال كان له أجره أتحتسبون الشّر ولا تحتسبون الخير؟) رواه مسلم. واتە: (جووتبوون لەگەڵ خێزانی خۆت پاداشت و خێرە) ووتیان:ئەی پێغەمبەری خوا:، ئایا هەریەکێك لەئێمە ئارەزووی خۆی دابمرکێنێتەوە لەگەڵ ئەوەی چاکەو پاداشتی بۆهەیە ؟فەرمووی (بەڵێ، ئایا ئەگەر ئاوەکەی لەشوێنێکی حەرام بکات گوناهی لەسەر نیە؟ هەروەها ئەگەر لە شوێنێکی حەلاڵیش بکات خێرو پاداشتی بۆ هەیە. ئایا ئێوە شەرو گوناح هەژماردەکەن بەلاّم پاداشت و چاکە هەژمار ناکەن؟

٩-لەسەر پیاوەکە پێویستە لەبیری بێت کەبەگوێرەی رەوشت و داب و نەریت بۆ ئەم حاڵەتە ئەو دەبێتە داواکار وە ئافرەتەکەش داوا لێکراوە، پیاوەکەش داوالێکراوە، پیاوەکەش زیاتربەئارە زووە بۆی، وە لەویش کەمتر ئارام دەگرێت، بە جیاوازی لە بلاّوکردنەوەی هەندێ کەس کەدەڵێن ئارەزووی ئافرەت بەهێزترە لەپیاو، راستی ئەوەی سەلماندووە کە ئەمە

جیاوازە، ئەمەش راستیەكەیە كە شەرع ئیسپاتی كردووە.

١٠-لەسەر ژنەكە پێویستە وەلامی پیاوەكەی بداتەوە ئەگەر داوای سەرجێی ی لێكرد، ئامادەنەبوونی خۆی رانەگەیێنێت كەوا لەو حەدیسەدا هاتووە(اذا دعا الرجل زوجته كاجتو، فلتأته وان كانت على التنور).

١١-لەسەر ئافرەتەكە پێویستە لەبیری بێت گوناهی چەندە ئەگەر داوای پیاوەكەی رەت بكاتەوە بەبێ بیانوو، بەرق هەڵساوی دەمێنێتەوە، لەوانەیە شەوق و ئارەزووی بە فیرۆدەدات و پاڵی پێوە دەنێ بۆ لادان لە رەوشت یان بیركردنەوە لێی، یان هەرهیچ نەبێت شپرزەیی و شێواوی.

١٢-نابێت ئافرەتەكە خۆی تەرخان بكات بۆ رۆژوو گرتنی سوننەت ئەگەر پیاوەكە لەماڵ بوو تەنها بە مۆڵەتی ئەو، چونكە هەقی پیاوەكە لە پێشترە لە پاداشتی رۆژووی ناپێویست، وەلە حەدیسێكدا هاتووە:(لاتصوم المرأة وزوجها شاهد الا بأذنه) متفق علیه. مەبەست لێی:رۆژووی خۆبەخشین بە رێكەوتنە، كەوا لەحەدیسێكی تریشداهاتووە.

سەرەتای جووت بوون:

ئامادەكاری بۆ جووت بوون و پارانەوە، دەبێت پیاوەكە بەناوی خودای گەورە دەست پێبكات، پێغەمبەر درودی خوای لەسەربێ دەفەرموێت:(لوأن أحدكم اذا أتى أهله قال: اللهم جنبني الشیطان، وجنب الشیطان وارزقنا، فان كان بینهما ولد، لم یضره الشیطان). وە لێ ی نزیك بكەوێتەوە بە هێواشی و ئاخافتن و ماچ كردن، پێغەمبەر درودی خوای لەسەربێ دەفەرموێت:(لا یقعن أحدكم على امرأته، كماتقع الهیمة، ولیئن بینهما رسول) . قیل: وما الرسل؟ قال: القبلة والكلهم. وقال: ثلاث من العجز في الرجل....). وا باسكراوە كاتێك پیاو نزیكی خێزانەكەی دەكەوێت و تووشی دەبێت بەمانای: لەگەڵی جووت دەبێت پێش ئەوەی لەگەڵی بئاخافێ و رابوێرێت و لەگەڵی پاڵداتەوە ئەوپێداویستی خۆی لێ جێ بەجێ دەكات،

پێش ئەوەی ئافرەتەکە پێداویستی خۆی لە جێ بەجێ بکات. غەزالی دەڵێت: پاشان ئەگەر پیاوەکە ئارەزووی خۆی لێ جێ بەجێ کرد بالەسەر خۆبێت لەسەر خێزانەکەی تاوەکو ئەویش ئارەزووی خۆی جێ بەجێ دەکات، لەوانەیە ئاو هێنانەوەی دوابکەوێت، ئەوسا ئارەزووەکەی دەجولێت، چونکە گوێ پێ نەدانی ناخۆشیە بۆی، وە جیاوازی لە سروشتی ئاو هاتنەوە لەوانەیە یەگژیەکداچوونی لێبکەوێتەوە رێکەوتن لەکاتی ئاو هاتنەوە چێژی زیاترە، نابێت پیاو تەنها بەخودی خۆیەوە خەریك بێت، چونکە لەوانەیە ئافرەتەکە شەرم بکات. دەبێت پیاوەکە بزانێت زۆر بەی کێشەکانی هاوسەرایەتی سەرەتایەکەی کەمتەرخەمیە لەلایەن خۆیەوە، وە شەرم و حەیاش لەلایەن ئافرەتەکەوە، پاشان رێککەوتن روونادات و کێشەکانی خێزانی بەدوادادێت.

نمونەیەك لەسەر ئەمەیان:

ئافرەتێك هات شکاتی کرد لە پیاوەکەی خواردنی ناداتێ، یان تێری ناکات لە خواردن، کاتێك خزم و ناسیارەکان لێ یان پرسی چۆن تێرت ناکات لەگەڵ ئەوەی هەموو جۆرە خواردەمەنیەك لەماڵەکەتدا هەیە؟ دەڵێت: من لەماڵی تێرنابم... پاش گەران و پشکنین لەو فەرمانە روون بۆوە کەوا ئافرەتەکە شەرمەکەی نایەڵێت بڵێت: پیاوەکەم ئارەزووی حەزم تێرناکات، هەر بە کرداریش روون بۆوە کە پیاوەکە لە گەڵیدا بەبێ ویژدانانە وە بەبێ گوێپێدان بۆ سروشتی ئەوو بەبێ گرنگیدان پێ ی.لە خۆی ناپرسێت؟ئایا ئەو حەزو ئارەزووەکەی تێربووە یان نا؟ لەسەر ئەو بنچینەیە زۆر ماڵان تێکچووە بەهۆی ئەو پەیوەندیە زگماکیەی کەپێویستی بەفێربوون و هۆشیارکردنەوە هەیە لەهەموو دام و دەزگا پەیوەندی دارەکان.

کاریگەری ماچ لە ژیانی هاوسەرگیری:

ماچ نیشانەیە لەسەر خۆشەویستی، وە هێمایەکە لە نزیك بوونەوە، هۆکارێکیشە بۆ سەرەتای هۆگری و بەزەیی پیاهاتنەوە، وە پێشەکیە بۆ جوتبوونی نێوان ژن و مێرد، پێغەمبەر درودی خوای لەسەربێت لە هەموو حەدیسێکدا کە پێشتر باسمان کرد رایسپاردووە، دەفەرموویت:(لايقعن أحدكم على أمرته كماتقع البهيمة، وليكن بينكم رسول). قيل: وما الرسول؟ قال:(القبلة والكلام).

(هیچ کامێکتان لەئێوە مەچوونە لای خێزانەکەی هەروەك ئاژەڵ تووشی دەبێت، با لەنێوانتاندا نێردراوێك هەبێت) وتیان: نێردراو چیە ئەی پێغەمبەری خوا؟ فەرمووی:(ماچ و ئاخافتن). هەروەها ماچ کاریگەری گەورەی هەیە لەسەر بەختەوەری خێزان، وە دروستکردنی خۆشەویستیە لەنێوان ژن وێرد، بەلاّم تێروانینی ئافرەت بۆ ماچ جیاوازە لە تێروانینی پیاو، ئافرەت حەز لەماچی هێواش و ناسك دەکات، بەڵکو وانیشان دەدات ماچ ئامانجێکە لە خودی خۆی، لەوکاتەدا واهەست دەکات لەلای پیاوەکەی خۆشەویست و ویستراوە، وە وا هەست دەکات رێز لێنانەکە لە خۆی و مێردەکەی، بەلاّم پیاو وادەروانێت کەماچ زۆربەی جاران سەرەتایەکە بۆ جووتبوون و پێك گەیشتنی سێکسی.

هونەرەکانی ماچ:

بۆ ماچ کردن هەندێك بنەما هەن تاوەکو ئامانجەکەی بەدەست بهێنیٚ، لەوانە:

١-دەبێت لەخۆشەویستیەوە بێت بۆ بۆخۆشەویستەکەی.

٢-دەبێت بۆ ئارامی و دڵنەوایی یەوە بێت.

٣-دەبێت هەردوولا سووربن لەسەر ئەوەی بۆنی دەمیان خۆش و جوان بێت.

٤-دەبێت هەردوو لا هەوڵبدەن کەلێوەکانی تەربن، وە نابێت ووشك یان خراپ بێت.

٥-دەبێت لەلایەن هەردووکیانەوە کاردانەوەیەکی باش هەبێت.

٦-ماچ کردن دەبێت بەلەسەرەخۆبێت تادەگاتە مژینی لێوەکان یان مژینی زمـان، بـەڵام پاش ماوەیەك لەکاردانەوەی نێوان ژن و مێرددا.

ئارامگرتن لەسەرەتای یەکترناسینی جووت بووندا:

دەبێت ژن و مێرد بزانن کە ئەوان پێویستیان بەکاتێکی درێژ هەیە بـۆ بەدەسـت هێنـانی رێکەوتنی سێکسی پاش خوازبێنی، ئەمەش بەردەوام دەبێت بۆ چەند هەفتەیـەك یـان چـەند مانگێك یان زیاتر یان کـەمتر، بەنیسـبەت زۆربـەی هاوسـەرەکان لێهـاتوویی سێکسـی بـە مەسەلەیەکی گرنگ دادەنرێت، چـونکە وا دادەنێـت کەمەسـەلەی گەیشـتن بەریکـەوتنێکی عەقلی و سۆزداری زیاترە لەمەسەلەی بەدەنی و لاشەیی. دەبێت هەردووهاوسەرەکە بزانن کـە ئـەو پەیوەندیـە خۆرسـکە ئەگـەر هەریـەکێك وازی لێهێنـا بـۆ سروشـتەکەی ئـەوا چـەند کاردانەوەیەك هەیە کارە زکماکیەدەوەستێنێ، لەوانە:

١-هەبوونی زانیاری لە بیری یەکێك لە هاوسەرەکان.

٢-هەبوونی خڵتەو شتی کۆن دەربارەی ئەو پەیوەندیە.

٣-هەبوونی پەرۆشی دەروونی لە یەکێکیان، وە پەناناباتە بەر راوێژکردن یان چارەسەری.

٤-هەبوونی کەم و کوری لاشەیی، یان کۆسپ و تەگەرەیەك قەدەغەی دەکات لەجێبـەجێ کردنی پەیوەندی بەشێوەیەکی سروشتی، بۆیە رێکەوتنەکە شـەل دەکـات لـە نێـوان هـەردوو هاوسەردا.

ئەوەی ئافرەتەکە حەزدەکات لە پیاوەکەی دا هەبێت:

پێویستە لەسەر پیاوەکە چاودێری یەکی باشی شوێن و کاتی ئارەزووی خێزانەکەی بکـات بۆ کاری جووت بوون(وەك: پێش بێ نوێژی بە چەندرۆژێکی کـەم، وە پـاش سـەرەتای خـاوێن بوونەوە بە هەفتەیەك) بـۆ ئـەوەی لەلایـەن ئافرەتەکـەوە زیـاتر قبـووڵ بکـرێ وە ئـافرەتیش

حەزدەكات پیاوەكە زیاتر داوای سەرجێی ی لێبكات ئەگەر چی ئافرەتەكەش زیاتر حەزی لێبێت كاتێك دەبینێت خێزانەكەی لە بەردەستدایە و بەتەواوەتی تەسلیمی پیاوەكەیەتی، هەر چۆن ئارەزووی دەكات با وابكات، ئەمەش زیاتر چێژی هاوبەش لەنێوانیان روودەدات و ئارامی و دڵنەوایی بۆ هەردووكیانە.

ئەوەی پیاوەكە حەزدەكات لەژنەكەی دا هەبێت:

پیاوەكە حەز دەكات خۆشەویستی گۆرینەوە هەبێت لە گەڵ خێزانەكەی، وە جل و بەرگی شەرم داكەنێ و جل و بەرگی ئارەزوو جولاندن لەبەربكات، هەردەم تێدەكۆشێ بۆ تیژكردنەوەی ئارەزووەكان و پێداویستیەكانی، هەمووكات هەوڵدەدات بەروویەكی خۆش بیبینێت، ماڵەكەی ببێتە جێگای ئارامی و پشوودان، كەل و پەلەكانی رێكبخات و شوێنەكە خاوێن بكاتەوە، وە بۆنی خۆش لەخۆی بدات و جێگای خەوتن بۆندار بكات. كارێك نەكات كێشەو هەڵوێستێك رووبدات پێش گەیشتنی تایبەتی، وە دووركەوێتەوە لە هەرشتێك كە پیاوەكەی توورە دەكات، هەست بە پیاوەتی مێردەكەی بكات، ئەمەش دەبێتە پاراستنی پیاوەكە لە لادان و ئارەزووی تێركردن لە دەرەوەی ماڵ.

ماوەی نێوان پێكگەیشتنی هەردوورەگەز:

پێویستە هەردوو هاوسەرەكە بزانن كەماوەی بەتاڵی و بۆنە لەنێوان بەیەكگەیشتنەكان چین؟ پزیشكەكان ئامۆژگاری دەكەن كە ماوەی نێوان دوو سێكس لە دە كاتژمێر كەمتر نەبێت، هەر چەندە پیاوەكە زۆر حەزی لە جووت بوون بێت، هەتاكو ئەگەر لەسەرەتای ژیانی هاوسەریەتیش بێت، یەك لە هەڵەكان ئەوەیە هەندێك پیاو كاتێك جووت دەبن لە شەوێكدا دەگاتە پێنجار، روون بۆتەوە ئەم زێدە رۆیە زیان بە تەندروستی پیاوەكە دەگەیەنێت، ئافرەتەكەش بە شێوەیەكی زۆر لاشەو دەروونی دەشێوێت، چونكە هەرچەندە پیاوەكە زۆر

سێکس بکات ئافرەتەکە سارد دەبێت و تەنها بۆرازی کردنی پیاوەکەی بیدەنگ دەبێت و هیچ لەزەتێك وەرناگرێت.

جیاوازی نێوان پیاو و ئافرەت لە جووتبوندا:

زۆر جیاوازی لەنێوان پیاوو ئافرەت هەیە لە سێکس دا، لەوانە: سێکس لای پیاو حەزو مەبەستێکە لە دەروونیدا، لە کاتی پەریندا کۆتایی دێت، پاشان خاوبوونەوە روودەدات،بەلاّم لەلای ئافرەت لەبەر ئەوەی گۆرانکاری ریشەیی روودەدات لەوانە سك پربوون مندالّبوون، بۆ وا هێما دەکرێ لای ئەو هۆکارێکە بۆ مەبەستێکی گەورەتر، هەوەسی و ئارەزوو لای پیاو کات و دەمی نیەو هەلّکشان و داکشانی پێوە دیار نابێت، بە جیاوازی ئافرەت رازی بوونی لەسەر سێکس کاریگەری بە کۆمەلّێك شتەوەهەیە، لەوانە: مامەلّەکردنی مێردەکەی لە گەلّی، وە باری دەروونی، وە ئایا خاوێنە یان نا وە زۆر شتی تر. پیاو زۆرتر جوولّەی ئارەزووی ساناترە، وە دەتوانێت جووتبوون ئەنجام بدات پاش چەند ساتێك لە بیرکردنەوە، وە هەروەها دەتوانێت پاش شیکارکردنی مەسەلەیەکی ئالۆزی فیزیایان بیرکاری ئەم کارە ئەنجام بدات، بەلاّم ئافرەت پێویستی بە جولاّندنی بە دەرو بیرو سۆزی هەیە پێش گەیشتن بە جووت بوون.

ئەمە بە جیاوازی پیاوەکە دەتوانێ کۆنترۆلّی سێکس بکات لەسەر هەموو شتەکان بەنیسبەت خۆی، پیاو لەسەرەتای ژنهێنانی زۆر بەهێز سێکس دەست پێدەکات، لە رۆژێکدا زیاتر لەجارێك. دوایی تواناکەی لەگەلّ کات کەم دەبێتەوە، وای لێدێت پاش چەند سالّێك لە دووڕۆژ یان سێ رۆژ جارێك سێکس ئەنجام دەدات، پاش کەمتردەبێتەوە بۆ دووجار لە هەفتەیەك، ئەمەش جیاوازی لە پیاوان بەگشتی، بۆیە چێژوەرگرتن لەنێوانیان کەمتردەبێتەوە بەهۆی گەورەبوونو چوونە سالّەوە.

بەلاّم ئافرەت زۆر جاران شەرمەکەی لەسەری زالّ دەبێت لە سەرەتای هاوسەرگیریدا، ئەمەش دەگەرێتەوە بۆ نەزانینی یەك بۆ رۆشنبیری سێکسی، بۆیە بەلاوازی دەست پێدەکات



دوایـی لەگـەڵ رۆیشـتنی کـات زیـاتر دەکرێتـەوە بـۆ سـێکس کـردن، وە ئەنـدامی مێینـە زیاترپێدەگات، ئامادەکاری زیاد دەکات بۆ وەرگرتنی رابواردن و نرخ دانان بـۆ چـێژوەرگرتن، ئەمەش وەك ئاگاداریەك لەگەڵ کاتدا کەمێك لاواز دەبێت بۆ ئەنجام دانی کاری سێکس.

رێککەوتن لەنێوان ژن و مێرد لە جوتبووندا:

لەو هۆکارانەی کەوا دەبێتە رێککنەوتنی ژن لەگەڵ مێردا لـەکاتی سـێکس: خۆپەرسـتی پیاوەکەیە کەوا ئارەزووە سێکسیەکانی خێزانەکەی فەرامۆش دەکات، پیاوەکە پەلە دەکات لە گەیشتن بە سێکسی راستەوخۆ، وە خێرایی پەرین لـەلای پیاوەکـە، ئـێش و ئـازاریش لـەلای ئافرەتەکە دەبێتە هۆی ساردی سێکسی، وە دەبێتە نەخۆشی کە پەیوەندی هەیە بـە ئەنـدامی زاوزێ لای ئافرەتەکەو دوایش ترسان لە سکپری. هەندێك پێداویستی هەیە تاوەکو رێککەوتن لەنێوان ژن و مێرد رووبدات:

١-پێویستە هەریەك لە ژن و مێردەکە سروشـتی شـیکاری بـۆ خـۆی و ئـەویتر بزانێـت، تاوەکو مامەڵەبکات لەگەڵ گۆرانکاریەکانی کە روودەدات پێش وە لەکاتی وە لە دوای جووت بوون بەبێ کێشەو گرفت.

٢-پێویستە هەریەکێك رێز لـەویتر بنێـت، سـەیرە زۆریـش سـەیرە لـەپیاوێك بەهـەموو دڵرەقی و توندوتیژیەك بە درێژایی رۆژ مامەڵە لەگەڵ خێزانەکەی دەکات لـەدوایی کەدەبێتـە شەو داوای سەرجێی لێدەکات.

٣-رێزو تەقدیر دەکرێت بۆ ئەو هەڵوێستەو زروفە لەناکاوانە تاوەکو لەکاتی مل نەدات بۆ ئەنجام دانی کارێك لێپرسینەوەی لەگەڵدا نەکرێت، لەکاتێکدا هەنـدێك بـەر بەسـتی دەرەکـی دەبێتە هۆی ملنەدان یاخود رێککنەوتن.

جۆرەکانی جووتبوون:

جۆرەکانی جووتبوون زۆرن، دەکرێت هەمەچەشنەلە سێکس دا لەنێوان ژن و مێرد لەزەت و چێژوەرگرتن زیاد بکات، پێویستە یەکێکیان ئەویتریان شارەزابکات وە تاقیبکاتەوە بەبێ شەرم و ناچاربوون تاوەکو ژن و مێردەکە سوود لەم پەیوەندیە وەربگرن، وە هەندێك جۆری ترهەیە لەهەمان کاتدا کەوا پزیشکەکان دەڵێن: لەکاتی سکپری لەلایەن ئافرەتەوە، پێویستە هەردووکیان رەچاوی ئەمەبکەن، وە لەو جۆرانە کەزیاتر هەلی سکپری دەرەخسێنێ ئافرەتەکە لەسەر پشت پاڵدەکەوێ وە قاچەکانی بەرەو بەرزایی بلند دەکات مێردەکەشی لە سەرەوە دەبێت، کرداری جووتبوون کۆتایی پێدێت، پاشان ئافرەتەکە بە پاڵدانەوە دەمێنێتەوە لەسەر پشت بۆماوەی نزیکەی نیوکاتژمێر یان زیاتر، تاوەکو مەنی پیاوەکە رێگای خۆی بگرێت و بگاتە هێلکەدانی ئافرەتەکە لەیەکەم گواستنەوە بۆ گواستنەوەکانی سکپری.

بەلاّم لەبەکارهێنانی جۆرەکانی سێکسی کە شەرع رێپێداوە مادام دوورە لە ئەنجامدانی کاری جووتبوون لە دواوەی ئافرەتەکە، خوای گەورەو میهرەبان دەفەرموێت: ﴿فأتوا حرثكم أنى شئتم﴾. لەو جۆرانەی کە بلاو دەکرێت ژن و مێرد بزانن چۆن چێژ بەیەکتر بگەیەنن:

١-جۆرێکیان پاڵکەوتنی هەردووکیان لەسەرتەنیشتەوە رووبەرووی یەکتر، پیاوەکە هەوڵدەدات بۆ تەواوکردنی کرداری سێکسی بەیارمەتی خێزانەکەی.

٢-هەردووکیان لەسەرلا پاڵکەون، ئافرەتەکە پشتی لەرووی پیاوەکە بێت، پاشان کرداری سێکس دەستپێدەکا پاشماوەیەك لەم کردارە ئافرەتەکە رووبەرووی پیاوەکە ببێتەوە، تاوەکو گاڵتەو گەپ و خۆشی بەردەوام بێت و ئافرەتەکەش هەست بە مرۆڤایەتی خۆی بکات.

٣-ئافرەتەکە لەسەر سك راکشێ و پیاوەکەش لەسەری بێت تاوەکو کرداری جووت بوون کۆتایی پێدێت، بەلاّم ئەمەیان پاش پێشەکی و گاڵتەو گەمەی پێش جووتبوونە.

٤-ئافرەتەکە لەسەر ئەژنۆکانی و لەسەر قولەپێ یەکانی بووەستێت، پیاوەکە لەدواوەی بچێتە لای، ئەم کردارە پێویستە بە دەست گەمەو ماچ کردنی رووبەروو هەیەپێش جووتبوون.

٥-پیاوەکە لەسەر پشت پاڵکەوێت و ئافرەتەکەش بچێتە سەری، ئەم کردارە جووتبوونە زۆر بلاۆوە.

٦-پیاوەکە لەسەر پشت پاڵکەوێت و ئافرەتەکەش بچێتە سەر بەجۆرێك پشتی ئافرەتەکە لە پیاوەکەی بکات و کرداری سێکسی دەست پێدەکات.

قۆناغەکانی جووتبوون:

١-قۆناغی رێخۆشکردن: دەبێت گاڵتەو گەپ و دەستبازی و قسەی خۆش تێدابێت. تاوەکو هەردوولا ئامادەبن بۆ سەرەتای جووتبوون.

٢-قۆناغی جولاَندن: هەوەس و ئارەزوو دەگاتە ئاستێك رێ خۆش دەکات بۆ ژن و مێردەکە بۆ لەزەت وەرگرتن، ئەندامی نێرینە و مێینە لە حاڵەتی ئامادەباشیەکی تەواو دەبن و لێدانی دڵیش زیاددەکات.

٣-قۆناغی رەحەت بوون: بزواندن هەست جولاَندن دەگاتە لوتکە، پاشان لەرزینی جووتبوون روودەدات. لە هەموو دۆخەکان واباشترە کاتێك لەرزەی جووتبوون روویدا لەیەك کات بێت بۆ ژن و مێردەکە.

٤-قۆناغی خاوبوونەوە: ئەمەش پاش قۆناغەکانی پشوودان روودەدات و خاوبوونەوەو بێدەنگی دەبێت وە دڵنەوایی و خۆشەویستی لە نێوان ژن و مێردەکە روودەدات.

ـ رۆڵی هەریەکە لە ژن ومێرد لە جولاَندن دا

پێویستە هەریەکە لە ژن و مێرد رۆڵی خۆیان بزانن لە جولاندنی هەستی هاوبەشی ژیانی، یان رووداوی پێشەکیەکان کە دەکەوێتە پێش جووتبوون، لەو پێشەکیانەش: سەرنج راکێشانی ژنەکە بۆ مێردی بە جوانیەکەی و چونە دلیەوە وەدەرخستنی رووخساری جوان، وەسەرنج راکێشانی پیاو بۆ ئافرەتەکەی بە کەسایەتیەکەی وەرووخسارو تواناکەی لەسەر چاودێری مال

و بەرگری کردن وەبلاوکردنەوەی خۆشەویستی و بەزەیی لەماڵدا .

ژن ومێرد دەبێ بزانن زۆرترین لادان کە روودەدات پاش هاوسەرگیری هۆکارەکەی بریتی یە لە خۆرێك نەخستن و خۆجواننەکردنە بۆ یەکتر . ئەی بۆچی ژن لەگەڵ پیاوەکەی نابنە لوتکەی سەرنج راکێش بۆ یەکتر؟ وەبۆچی پیاو بۆ خێزانەکەی دڵنەوایی وتێرکردن بەدەست ناهێنێت؟

لەسەر ئەم بنچینەیە بۆ ئەوەی ژیانێکی بەختەوەرو ئارام تەواو بێت، وەپەیوەندی سێکسی بە خۆشەویستی و ئەوینی کۆتایی بێت، پێویستە هەریەکێك سووربێت لەسەر تێرکردنی ئارەزووی ئەویترو رازی کردنی پێداویستیەکانی .

چی دەبێت پاش جووتبوون

پاش جووتبوون لەلای ژن ومێرد خاوبوونەوە روودەدات، ئەندامی زاوزێ ی هەردوولا خاودەبنەوە بۆ سروشتی خۆی، وەلێدانی دڵ کەوا لەکاتی جووتبوون(بەتایبەتی پێش تێربوون) کەوا خێرایی زیادی کردبوو دەگەرێتەوە بۆ خێرایی سروشتی خۆی . هەروەها هەناسەدانیش، هەموو ئەمانە لەگەڵ هەست کردن بە پشوودان کەوا وەسف ناکرێت .

ئەگەر جووتبوونەکە بە شەوبێت ئەوە ئاساییە دوای ئەو بە خەوێکی قووڵ پاشان لە خەوهەستان دەبێت، لەگەڵ هەست کردن بەئارامی وگرنگی پێدان وەچالاکی و باوەڕبەخۆبوون، بەلام ئەگەر ژن ومێردەکە هەستیان بەشتێکی تر کرد، ئەمە دەبێتە ئاگاداری بۆیان پێویستە ژمارەی جووتبوون کەم بکەنەوە، یان لەوانەیە رێککەوتنی سێکسی لە نێوانیاندا نەبێت، یان پەیوەندی تێرکردن لە نێوانیاندا نیە، یان هەردووکیان یان یەکێکیان نەگەیشتۆتە قۆناغی رەحەت بوون یان چێژوەرگرتن .

بەکورتی

بەختەوەری هاوسەرگیری لە ژمارەیەك راهێنان یان پەیوەندی روودەدات لەو پەیوەندیانەش پەیوەندی سێکسە، بۆ ئەوەی ئەو پەیوەندیە ببێتە چاوگەی بەختەوەری پێویستە ژن ومێرد رەچاوی ئەمانە بکەن :ـ

١- دەبێت ژن ومێرد یادی خودای گەورە بکەن، وەسوپاسی بەخشندەیی بکەن لەسەر ئەوچاکەیە، وەبپارێنەوە لە سەرەتای جووتبون تاوەکو خودای گەورە سەرکەوتوویان دەکات، وەقەدەغەیان دەکات لە فێلی شەیتان .

٢- هەرلایەك پێداگیری بکات لە سەر زانینی سروشتی لایەنی ترو سروشتی پێکهاتەکەی، تاوەکو مامەڵە کردن لەو پەیوەندی یە لەسەر زانین و رووناکی بێت .

٣- هەرلایەك لە خۆپەرستی دووردەکەوێتەوە، وەخۆ ویستی لەو پەیوەندی یە، چونکە یەکێك لەسەرکەوتنی بریتی یە لە هەست کردن بە بەرامبەرەکەت وەپێداگیری لە سەر خێروخۆشی ئەو .

٤- هەردوولا خۆ بۆ یەکتری جوان بکەن، ئارایشت بکەن، ئەو کارانە بکەن کە بەرامبەرەکەت حەزی لێیە .

٥- دەبێ بزانین بۆ هەموو قۆناغێك پێشەکی وزیرەکی دیاری هەیە، دەبێ سووربین لەسەر ئەم جۆرە هونەرانە لە پەیوەندی سێکسیدا .

٦- هەردوولایەن پێویستە سەبروئارامیان هەبێت تاوەکو یەکتر ناسین وهۆگری لە نێوانیان رووبدات .

٧- هیچ جۆرە نهێنیەکی خێزانی بۆ دەرەوە نەبەین تاوەکو لە هەموو کێشەیەکی سادە دووربکەوینەوە .

٨- لە بوونی هەر کێشەیەك پەنا ببەینە بەر کەسی زیرەك وهۆشیار هیچ شەرمی تیانیە،



چونکە خۆپاراستن باشترە لە چارەسەرکردن .

٩- لە سەرەتایی پەیوەندی لەسەر کێشە بچووکەکان پازنەدەین وبەجێی نەهێڵین تاوەکو گەورە دەبن، بانێوانمان چاکبکەین یەك بە یەك .

١٠- باکێشەوگرفتە تایبەتیەکان لە کاتی ئەو پەیوەندیەدا وەلابنێین، تاوەکو خوازبێنیەکە بەمەرجی نالەبار دانەمەزرێت لەکاتی ئەنجامدانی ئەو پەیوەندی یە .

١١- پێداگیری بکەین لەسەر ئەو پەیوەندیەدا تاوەکو توشی بێزاری ودڵتەنگی نەبین .

١٢- هەوڵ بدەین هەموو کاتێك پرسیار لە لایەنی دیکە بکەین کەچی پێویستە تاوەکو چێژوئارامی دەست کەوێت .

١٣- بادوورکەوینەوە لەتوندوتیژی و رق هەڵسانێکی خوو پێوەگرتوو بۆ ئەو پەیوەندیە، تاوەکو لە دواییدا توشی نەخۆشیەکانی دەروونی نەبین .



خۆت تاقیبکەرەوە

ئەمەی خوارەوە کۆمەڵێك بەشن پێویستە هەڵسی بەجێ بەجێ کردنیان لەسەرخۆت .ئەگەر رێککەوتن لەسەری بەتەواوی نیشانەی(بەڵێ) لەژێر هەڵبژاردنەکە دابنێ، وەئەگەر راڕابویت لەهەڵبژاردنەکە ئەوا نیشانەی(هەندێ جار) دابنێ، وەئەگەر رێکنەکەوتی ئەوا نیشانەی(نەخێر) لەژێر هەڵبژاردنەکە دابنێ .

ژ	بەش	بەڵێ	هەندێ جار	نەخێر
١	ئایا پێداگیری دەکەی لەسەر دوورکەوتنەوەی یاخیبوون لە هەموو ئیش وکارەکان ؟			
٢	ئایا خۆت بەزاناو رۆشنبیر دادەنێیت لەسەرەتای هەرچالاکیەك یان کارێکی گرنگ لە ژیانت ؟			
٣	ئایا یەکەم شەوت لەهاوسەرگیریدا بەبێ توندوتیژی یان شێواوی یان کێشەوگرفت بردەسەر ؟			
٤	ئایا رێگاکانی جووتبوونی دروست دەزانیت ؟			
٥	ئایا مەبەستت دیاری دەکەیت لە پەیوەندی سێکسیت لەگەڵ هاوبەشی ژیانت ؟			
٦	یان هەردەم کۆشش دەکەیت بۆ گەشەپێدانی خۆت، وەچاککردنی پەیوەندی سێکسیت لەگەڵ هاوبەشی ژیانت ؟			
٧	ئایا دەەزانی جیاوازی یەکانی نێوان کچ وکور لە سروشتی سێکسی ورەچاوکردنی چارەسەری؟			
٨	ئایا هەست بەرازی بوون و بەختەوەری دەکەیت لە پەیوەندی جووتبوونتان ؟			
٩	ئایا لەو شێوازانە دووردەکەویتەوە کەوا دەبێتە هۆی ساردی و کێشەکان لە پێکهاتەی سێکسی ؟			

هەڵسەنگاندن

ئەگەر هەڵبژاردنەکەت بۆ وەڵامی (بەڵێ) بوو ئەوا دووپلە بەدەست دێنیت، وەئەگەر هەڵبژاردنەکەت وەڵامەکەی(هەندێ جار) بوو ئەوا یەك پلە بەدەست دێنیت، وەئەگەر هەڵبژاردنەکەت(نەخێر) بوو ئەوا هیچ بەدەست ناهێنیت .

دەکرێت وەك ئەمەی خوارەوە خۆت هەڵسەنگێنیت

دۆخ	پلە
تۆ هونەریەکانی پێکهاتەی سێکسی نازانیت، بۆیە ئەمە پێکهاتەی هاوسەرگیریت ئیفلیج ئەکات .	لە سفرـ ٤ پلە
تۆ لە یەکەم رێگای بەختەوەریت، هەندێ ئەرکەکانی پەیوەندی سێکسی دروست دەزانیت، وە پێویستت بەزانیاری زیاترە .	لە ٥ـ ١٠ پلە
تۆ بە رێگا دەرۆیت، لەگەڵ ئەمەش هێشتا کۆسپ وتەگەرە لە پێگەیشتنی پێکهاتەی سێکسی وبەختەوەری لە دواودیە، بەدوای دا بگەرێ وچارەسەری بکە .	لە١١ـ ١٥ پلە
تۆ شایانی ئەوەیت هەنگاو بهاوێژی لەسەر رێگای بەختەوەری هاوسەرگیری پێویستە بەردەوام بیت، وەبیگوازیتەوە بۆ هەنگاوی دوایی .	لە١٦ـ ٢٠ پلە

بەشی پێنجەم

زاڵبوون بەسەر کێشەکانی شەوی پەردەو پەیوەندیەکانی سێکسی

- ڕێخۆشکردن
- کێشەی نەبوونی شارەزایی بۆ ڕۆژی پەردە
- کێشەی کارتێکردن بە هەندێك داب ونەریتی فۆلکلۆری وەك :جادوو شتی تر
.
- کێشەکانی بوونی ئاڵۆزی یان ئەو هەڵوێستە ناشازانەی کە کەسەکە پێشتر تیایدا ژیاوە .
- کێشەی ترس ودڵەراوکێ لە پەیوەندی سێکسی .
- کێشەی نەهێشتنی یەکێك لە هاوسەرەکان لە بە ئە نجام گەیاندنی پەیوەندی سێکسی .
- ئامۆژگاریە هەمیشەییەکان پێش ڕۆژی بووك گواستنەوە .
- بە کورتی
- خۆت تاقیبکەرەوە .

ڕێخۆشکردن

لەگەڵ ئەوەی هەموو کچ وکوڕێك خەون بەم ساتە بەختەوەرانە دەبینن، ساتەکانی بووك گواستنەوەو شەوی بووکێنی و سەرەتای پێکهێنانی ماڵ، بەڵام ئەگەر پێشتر پلانێك نەبێت لەسەر ئەم هەنگاوە گرنگە لە ژیانی بەشێوازەکانی پاڵپشتی بۆ سەرکەوتن، دەزانێت ترسناکی لەو ماوەیەدا دەورە دراوە، باپێشبینی ڕوودانی گەلێك لە کێشەکان بکات کەوا بەختەوەری دەگۆڕێت بۆ کەساسی هەتایی .

ئەمانەی خوارەوە گرنگترین کۆسپەکانی بەختەوەرین لەو قۆناغەدا، وەچۆن زاڵ دەبیت بەسەریدا هەرکەسێك بیەوێت خۆی بخزێنیتە ناوی :

کێشەی نەبوونی شارەزایی بۆ شەوی پەردە

زۆربەی خەڵك واراهاتوون کاتێك پێ دێنێتە هەر قۆناغێك لە ژیانی بێ ئەزموونە، یان زانیاریەکی باشی نیە لەو قۆناغەدا، یان ئەرکەکانی چین، یان خۆئامادەکاری پێویست چیە تاوەکو بەسەلامەتی پێیداتێپەڕێ ؟

هەروەها توشی زۆر لە کێشەکان دەبێت، لە گرنگترین کێشەکانی ژیانی هاوسەرگیری کاتێك بووك و زاوا پێ دەنێنە شەوی بنیاتنان بێ ئەزموونن، یان ئەزموونیان کەمە، یان زانیاری لە برادەری نەزان وەردەگرن، یان زانیاری لە درامای خراپ وەردەگرن، یان زانیاری لە چاوگێکی نادروست وەردەگرن، بۆیە هەرلە یەکەم ڕۆژی ژیانی خێزانی بەکێشەوگیروگرفت دەست پێ دەکات .

لەو کێشانەی کەوا لەشەوی پەردەدا ڕوودەدات : تەنگانە تووشی زاوا دەبێت بەهۆی خۆئامادە نەکردن بۆ هەڵوێست یان سەرەتای ئەنجامدانی سێکسی بەشێوەیەکی هەڵە، یان گرێ کوێرەیەك توشی زاوادەبێت بەهۆی نەبوونی شارەزایی ئەمەش دەبێتە سەرنەکەوتنی تەواوکردنی کرداری سێکسی هەر لە یەکەم جاردا .

بۆ دوورکەوتنەوەی ئەو کێشەیە بووك و زاوادەبێت هونەریەکانی ئەم شەوە بزانن، وەسەلیقەی مامەڵە کردن لەگەڵی، تاوەکو بەسەلامەتی پێیدا تێپەربیت تاوەکو ببیتە دەروازەیەکی دروست بۆ بەختەوەری هاوسەرگیری و بنیاتنانی ماڵێکی بەختەوەر .

لە هونەریەکانی ئەمشەوە بەختەوەرە ئەمانەن

١- دەبێت پیاوەکە بزانێت کە ئەو هاتۆتە ژیانێکی نوێ، وەکارێکی گرنگ پێویستی بە دڵسۆزی تەواو هەیە بۆ خودای گەورەومیهرەبان تاوەکو هەموو ساتێك چاکەی دەست کەوێ .

٢- هەردوو هاوسەرەکە دەبێت سووربن لەسەر ئەوەی تاوەکو سەرەتای ژیانیان بە یادکردنی خودای مەزن دەست پێبکەن، واباشە دوو رکعات نوێژ پێکەوەبکەن بەمەبەستی سەرەتایەك بۆ ژیان بە گوێڕایەڵی خودای گەورەو دلۆڤان .

٣- پێکگەیشتنیان با بە ووتەی خۆش و خۆشەویستی دەست پێبکات تاوەکو سەرەتایەکی دروست لەسەر پەیوەندی سێکسی لە نێوانیاندا دروست بێت .

٤- دەبێت پیاوەکە بزانێت ئافرەتەکە بە سروشتی خۆی شەرمی هەیە جیاوازە لەگەڵ ئافرەتێکی تر، دەبێت سنووری شەرمەکەی بزانێت تاوەکو ژیانی بەلەکەدارکردنی ئابڕووەکەی دەست پێنەکات .

٥- دەبێت ئارام بێت لەگەڵی سەرەتا پەلەی لێنەکات، چونکە تەمەن لە نێوانیان درێژە بە پشتیوانی خودای گەورەو میهرەبان .

٦- دەبێت ئافرەتەکە بەتەنگ ئەوەوەبێت کە فەرمانێکی گرنگ لە ئەستۆی دایە، پەیوەندی تری بە دوادا نەیەت .

٧- دەبێت ژنەکە بزانێت ئێستاکە لەگەڵ مێردی خۆیەتی بۆیە دەبێت شەرمی خۆی بشکێنێت، وەیارمەتی بدات لە تەواوکردنی ئەو پەیوەندیە لە شەوی بنیاتناندا .



٨- دەبێت ئافرەتەکە بۆ پیاوی خۆی کراسی تەنك و سەرنج راکێش لەبەربکات و رووخۆشیش بێت لەگەڵیدا ئەمەش ئەرکێکی زۆر قورسی ناوێت بۆ گۆڕینی .

٩- دەبێت پەیوەندی نێوانیان بەقسەی خۆش وپەیوەندی گەرم دەست پێبکات کەوا مرۆڤ جیابکاتەوە لە ئاژەڵ هەروەك ئەو پەیوەندیە .

١٠- دەبێت هەریەکێك سروشتی ئەویتر بزانێت، وە دەبێت بشزانێت کە یەکترناسینی دروست پاش ئەنجامدانی پەیوەندی سێکسی دەبێت، وەکار لە ئەوی تر نەکات .

١١- دەبێت ژن ومێرد بزانێت لە گرنگترین هۆکارەکان کەوا یارمەتی دەدەن لەسەر بەردەوامی و ژیانێکی خۆش دەبێت هەریەکە هەوڵبدات ئەویتر رازی بکات، وەبگاتە ساتەکانی چێژی بەردەوام .

١٢- لە گرنگترین جیاوازیەکان کە لە سەرەتادا تووشی دەبێت بریتی یە لە ترس و توندوتیژی یان کاردانەوە، یان زانیاری هەڵە لەوەی کە یەکێکیان دەستی کەوتووە وەکاردەکاتە سەر راپەڕاندنی پەیوەندی سێکسی هەرلە یەکەم ساتدا پێویستە هەردوولا پێداگیری بکەن لەسەر دەستکەوتنی زانیاری دروست لە چاوگێکی باش .

- کێشەی کارتێکردن بە هەندێك داب و نەریتی فۆلکلۆری وەك جادوو و شتی تر

زۆربەی گەنجان بەتایبەتی لە شوێنە فۆلکلۆریەکان هەندێك تێگەیشتنی هەڵەیان لە بەردەست دایە دەربارەی سەرەتای پەیوەندی هاوسەرگیری، لە گرنگترین ئەو تێگەیشتنانە:

بڵاوکردنەوەی دیاردەی ترس لە جادوو یان فاڵچی، یان ترس وەك دەڵێن بە بەستنەوەی پیاو لە ژنەکەی یان بە پێچەوانەوە، ئەمەش دەیگەیەنێتە ترسێکی توند وەدەگاتە نەخۆشیو دەبێتە هۆی ئیفلیج بوونێکی تەواو بۆ ئەنجامدانی سێکس، یان دەبێتە روودانی کێشەکانی دەروونی .

راستەکەی ئەم جۆرە جادووانە بوونی هەیە، هەروەك لە ئایەتێکی قورئانی پیرۆزدا هاتووە : ﴿فَيَتَعَلَّمُونَ مِنْهُمَا مَا يُفَرِّقُونَ بِهِ بَيْنَ الْمَرْءِ وَزَوْجِهِ﴾ .

هەروەها لە تەفسیرێکی إبن كثير هاتووە بۆ سورەتی ﴿الفلق﴾، کە ئاماژەی پێدراوە کە پێغەمبەر درودی خوای لەسەربێت، پارێزراوە لەوەی کە جادووی لێ کرابێت .

بۆ ئەمەیە میللەت تێبگات لەو دیاردەیە، وەفێربن چۆن پارێزگاری وچارەسەری دەکەن .

نموونەیەك لەسەر ئەمەیان

رۆژێکیان بانگ کرام بۆ سەردانی بووك و زاوایەك لە دووەمین رۆژی هاوسەرگیریان بوو، سکالایەکەش ئەوەبوو کە جادوویان لێکراوە، ناتووانن بە پەیوەندی سێکسی هەڵسن، ئەمەش دەبێتە هۆی شێواوی و توونڈو تیژی بۆ هەموان، دەیانەوێت چارەسەرێکی خێرا بکرێت .

چوومە لایان و بینیم کە کێشەکەیان زۆر سادەیە، کە پەیوەندداره بە کێشەیەکی سروشکاری لە یەکەم و لە کۆتایی دا، بووەتە هۆی کەم و کوڕیەکی کاتی کە توانای ئەنجامدانی سێکسیان نەبێت .

ئەم سروِشکارەش هەندێ جار بەهۆی زۆر قسەکردنی خەڵك لەگەڵ ژن ومێرد پێش هاوسەرگیری روودەدات کەوا بەسەر هاتەکانی لە جادوو دا روویانداوە، چۆن فلانەکەس توشی بوو نەیتوانی لەگەڵ خێزانەکەی خۆی جووت بێت، لەوانەشە زۆر شتی لەم جۆرە بەرگوێیان کەوتبێ .

هەستام بە گفتوگۆو بیرهێنانەوەی بەسەرهات و پروپاگەندەی کارتێکراو ...... پاشان لەگەڵیان بە هێمنی دەدوام، لەکاتی قسەکردن پێم وتن : ئێستا ئێوە لەبارێکی باشدان، وەلە بەرگری یەکی تەواودان، وەجادوو و فاڵچی ناتوانن زەفەرتان پێببات .

پێم ووتن : ئێستا ئێوە دەتوانن بە.ئاسانی ژیانی خۆتان ئەنجام بدەنن وەچێژ لە هەموو شتێك وەرگرن......، پاش ماوەیەکی کورت بە چەند سەعاتێك بە کردار زانیم کە ئەوان ژیانی

خۆیان بە شێوەیەکی سروشتی ئەنجام دا .

سروشتیە من لەو بارەیەوە هیچ شتێکم نەکرد کە جادووەکە هەڵوەشێنمەوە یان شتی لەو بابەتە .

بۆیە زۆربەی ئەو بابەتانەی کە روودەدەن بۆ ژن ومێرد لە شەوی پەردەدا زۆربەیان واپێشبینی دەکەن کە جادوویان لێ کراوە، بەڵام ئەمە جادوو نیە، بەڵکو سروشکارێکی نێگەتیڤە ژن ومێردەکە قەدەغەدەکات لە چێژ وەرگرتنیان لە ژیانی سێکسیان .

بۆ دووركەوتنەوە لە سەرهەڵدانی ئەم جۆرە پڕوپاگەندانە پێویستە ئەمانە بێنینەوە یاد :

١- جگە لە خودای گەورە هیچ کەسێك ناتوانێ سودو زەرەرمان پێبگەیەنێ هەموو شتێکیش بەدەست ئەمە، وەلە هیچ شتێکیش نەترسین تەنها لە خودای بێگەردو بە توانا نەبێت .

٢- هەموو کاتێك بەنهێنی و بە ئاشکرا یادی خودای دلۆڤان بکەین، زیکرەکان رۆژانە دووبارە بکەینەوە، ئەمەش پاراستنە لە هەموو شەڕێك .

٣- قورئانی پیرۆز لە یاد نەکەین و بەردەوام بەردەوام بیخوێنینەوە ئەوەی لە تواناماندابێت لەبەری بکەین، خودای گەورەش بۆمان ئاسان دەکات، ئەویش چاکترین پارێزەرە .

٤- گوێ بۆ چیرۆك و بەسەرهاتەکان شل نەکەین ئەوانەی لەسەر ئەم لایەنە قسەدەکەن، چونکە زۆربەیان دروستکەری دانەرەکەن .

٥- ژیانمان بەیادی خودای گەورەو میهرەبان و نوێژکردنی بە جەماعەت دەست پێبکەین، پشت بەخودای گەورە ببەستین، تاوەکو شەیتان لە ڕێگامان دوورخەینەوە لەیەکەم هەنگاو لە ژیانماندا، چونکە بەدەست هێنانی بەختەوەری خێزان لەناودەبات.

٦- ئەگەر ئەمە روویدا کۆسپ دەکەوێتە ئەنجامدانی سێکسی لە یەکەم ساتدا لەسەر ژن ومێرد پێویستە خاوببنەوە وەیادی خودا بکەن هەربەویش دڵەکان دڵنیایی دەبینن، ئەنجامدانەکەش با دوابخرێت بۆ ماوەیەکی کەم، پاشان جێ بە جێ بکرێت .

کێشەکانی هەبوونی ئاڵۆزی یان هەڵوێستی ناشازکە کەسەکە پێشتر تیایدا ژیاوە

هەندێك شارەزایی هەیە لە ژیانی هاوسەرگیری، یان لە دوارۆژدا دەبێتە نیشانەیەك لە نیشانەکانی بەختەوەری و ئارامی، یان دەبێتە هۆی هەستکردن بە خەم و خەفەت لە هەڵوێستێك دەکرا ساتەکانی بەختەوەری یان شادمانی بێت، لەو شارەزاییانەش : لێهاتوویی لە قۆناغی منداڵی، کە هەندێك توشی دەبێت لە ترساندن و سزادان یان پاڵەپەستۆی فێرکردن و ڕێنمایی، یان هەرشتێك لەسەر ئەم بابەتە، لەو بابەتانەش پەیوەندی سێکسی .

توشی کەسێك دەبێت ئاڵۆزیەکی هەیە دەربارەی ئەو بابەتە، لە دوارۆژدا دەبێتە ڕەوشتێکی دەگمەن و هۆکاری نادیار .

لەم ئاڵۆزیانەش :

١- منداڵێکی کچ توش بێت بە دەستدرێژی سێکسی لە یەکێك لەوانە لە منداڵی یا لەدواتر، بۆیە دەترسێت لە نزیکبوونەی هەرکەسێك بێتە بەرامبەری، یان ئەو گرێ کوێرەیە دێتەوە بیری لەسەرەتای ژیانی هاوسەرگیری، ئەمەش دەبێتە ڕوودانی ڕەوشتی دژایەتیکردن بۆ ئەنجامدانی جووتبوون بەشێوەیەکی سروشتی لەگەڵ پیاوەکەی.

نموونەیەك :- حاڵەتێك هەیە کچێك تەمەنی چواردە ساڵە، هات بۆ چارەسەری لە گرفتی پەژارەداری و تووندوتیژی، بە هۆکارێك کە توشی دەستدرێژی سێکسی بۆ تەوە لە نزیکترین کەسی کە باوکیەتی، بۆیە توشی بێ متمانەیی بووە لە خۆیی و کۆمەڵگاو دەوروبەری، بریاری لەسەری کەڵەکە بووە نایەوێت بیخاتە لاوە، ئەویش بریاری داوە لە داهاتوودا مێرد نەکات .

٢- پەروەردەکردنی هەڵە بۆ کچان، بەجۆرێك بڵاوکردنەوە لە ترساندنی کچان لە پیاوان، یان ترساندنی لە نزیك کەوتنەوەی یەکێك لێی، دەبێت بە هەموو توانایەك بەرگری بکات .

٣- ترساندنی گەنجان لەو پەیوەندیە تازەیەدا، ئەمەش بە پێوەری بریار دادەنرێت لەسەر پیاوەتی، یان بریار لەسەر کەسێك لەماوەی توانای ئەو کەسە لەم هەڵوێستەدا، وەزۆرێك لە ئامۆژگاری و ئاگادارکردنەوەکان، لەبەر زۆری ئەم ترساندنە توش دەبێت بە حالەتی فۆبیا کە هەندێك گەنج لە نزیك بوونەوەیان لە کچ ترسی سەرنەکەوتن و بێ هیوابوون توشیان دەبێت .

کێشەی ترس یان تۆقاندن لە پەیوەندی سێکسی

هەندێك جار کێشە لە هەندێك کچ و کور روودەدات بەتایبەتی لە یەکەم ژیانی هاوسەرگیریان، ئەویش کێشەی ترس و تۆقاندن لە ئەنجامدانی پەیوەندی سێکسی، یان ترس لەهەڵگرتنی بەرپرسیارەتی، ئەویش بەهۆی ئەوەی کەسەکە لە منداڵیدا شارەزایی لە چاوگەیەکی باش پێنەگەیشتووە، وەبەتەواوی خۆی ئامادە نەکردووەبۆ پێش ژن هێنان بە زانین و زانیاریەکی رێکوپێك، وەخۆی ئامادەنەکردووە بۆ چوونە ناو ئەو ژیانە تازەیە .

هەروەها گەلێك لەهاوسەران توشی ئەوکێشانە دەبێت، لە هەمووی ترسناکتر کێشەی ئەنجامدانی سێکسە، یان باوەری وابێت بە ئەنجامدەرە رەوشتە ریسواکارەکان دادەنرێت یان لە هۆکارەکانی کەمکردنەوەی کەسایەتیە، لەدواییدا هەوڵدەدات لێی دوورکەوێتەوە یان ئەنجامدانی لەگەڵ دابکات بە زۆری یان بە ترساندن، بەو شێوازەی کەوا ئەو تاوانێکی کردووە یان کارێك دەبێت شەرمی لێبکاتەوە، لەگەڵ ئەوەش ئەو کارێکی رەواو شەرعی لەگەڵ هاوبەشی خۆی ئەنجامداوە .

پێویستە ژن ومێرد خۆیان رزگارکەن لەوشتە کۆنانەی کە نیشتووە لەسەریان، وەکۆشش بکەن تاوەکو چاکترین ساتەکانی خۆشی لەگەڵ هاوبەشی ژیانیان بەسەردبەن، وەهەردوولا سوورین لەسەرئەوەی دەگەنە ئارامی و دڵنەوایی.



کێشـەی وازلـێ هێنـانی یـەکێك لـە هاوسـەرەکان لـە ئـە نجام دانـی پەیوەندی سێکسی

لەنێو هەندێك ژن ومێرد دا هەندێ جار نەهێشتن لە ئەنجامـدانی سـێکس لەگـەڵ لایـەنی دیکـەدا روودەدات، ئـەو کێشـەیەش لـە نێـو پیـاوو ئافرەتـدا روودەدات، بـەڵام لـە لایـەن ئافرەتەکەوە زیاترە، چونکە جووتبوون لەلای ئافرەت گەلێك جار بەسـتراوە بـە هۆکـاری تـر، لەوانەش سکپڕی وە منداڵبوون وەبەرپرسیارەتیشی بەدوادا نیە، بەڵام پیاو جووتبوونی گەلێك جار بەستووەتەوە بە تێرکردنی سێکسی یان سروشتی .

روودانی وازلێ هێنان لە لای پیاو یان هۆکارەکەی سـەرقاڵ بوونـە بـە کـارێکی تـر یـان هەست کردنە بە بێزاری، یان بەستنەوە بەماڵەوە لەگـەڵ کێشـەکانی تـر، یـان زۆر هۆکـاری دیکە کەوا دەبێتە روودانی وەڕەسی و دوورکەوتنەوە لەو جۆرە پەیوەندیە .

بەڵام ئافرەت بیر لەوە دەکاتەوە پاش ئەنجامدانی سێکسی چی روودەدات، یان پیاوەکـەی گرنگی نادات بەوەی ئافرەتەکەی بگاتە خۆشی یان قۆناغی رەحەت بوون، یان دوای بخـات بـۆ کاتێکی گونجاو، یان توندوتیژی پەیوەندی نێوانیان، بۆیە جیاوازی خێزانی روودەدات و پاشان وازلێهێنان یان وەڕەس بوون دەکەوێتە ئەو پەیوەندیە .

نموونەی خێزانێك

بیروبۆچونێك هەیە کاریگەری نەهێشتن لەسەر جیاوازیەکانی خێزان نیشان دەدات، پاشـان بەختەوەری خێزان دووردەکەوێتەوە لە نموونەی ئەم جۆرە خێزاندارانە، ئەو نموونەیە قسەمان بـۆ دەکات پیاوێك زۆر ئارەزووی هـەبوو رۆژانـە سـێکس ئـەنجام بـدات، بـەڵام پـاش ماوەیـەك ئافرەتەکە هات ووتی لەسەر ئەم جۆرە پەیوەندیـە ساردبوویمەوە، بۆیـە وازلێهێنـان دەسـتی پێکرد بە بیانووی ئەوەی منداڵی زۆری لەبەر دەستدایە، وەناتوانێت هۆکارێك بەکاربهێنێ بـە قەدەغەکردنی سکپڕی، وە دەترسێت جارێکی تر سکی پڕ بێت.

پیاوەکە دەستی کرد بە بەکارهێنانی فلاش لەکاتی ئەنجامدانی پەیوەندی سێکسی، بەڵام ئەوە بە نیسبەت ئافرەتەکە لە هۆکارەکانی ساردوسڕی بوو لە ئەنجامدانی سێکس، بووە هۆی جیاوازی لەنێوانیان تا گەیشتە ئەوەی داوای تەڵاق بکرێت، پاش ئەوە چاکە خوازان چوونە نێوانیانەوە ئافرەتەکە گەرایەوە لای پیاوەکە، بەڵام پاشان چی روویدا ؟

پیاوەکە بینی لاوازیەکی توونـد لـە ئەنجامـدانی سێکسـی داهەیـە، بڕوای وابـوو کـە ئافرەتەکەی نووشتووی لێکردووە تاوەکو توانـای سێکسـی نـەمێنێت، بـەڵام ئافرەتەکـە وای نەکردبوو بەڵام هۆکاری چی بوو ئەو گۆرانکاریە لەناکاوە دروست بوو ؟

لەو ڕێرەوەدا ڕێگاکانی خۆپاراستن و چارەسەری لێرەوە کۆدەبنەوە

١- دەبێت پیاوەکە گرنگی بەکاتێکی گونجاو بدات بۆ ئەنجامدانی کاری سێکسـی، تـاوەکو ئافرەتەکە خۆی ئامادە کردبێت بە دەروون و بە بەدەن بۆ ئەم پەیوەندیە .

٢- پیاوەکە گرنگی بدات لەسەر بەدەست هێنانی ئافرەتەکەی بە کۆتایی ئارەزوو، وەبگاتـە رادەی دامرکاندنەوەی سێکسی، پاشان پشوو خاوبوونەوە روودەدات .

٣- پێویستە لەکاتی ئەنجامدانی سێکسی هەندێ وشەو ئاخافتنی خۆش لەگەڵ خێزانەکـەت بکەیت بۆئەوەی لە ماندوویەتیان کەم بکاتەوە .

٤- پێویستە پیاوەکە رێز لە سروشت و ماندووبوون و توانای خێزانەکەی بنێت کە بەدرێژایی رۆژدەیکێشێت وەهەوڵبدات لەسەری سوك بکات، یـان بەسـۆزو نـەرم و نیـانی لـەبیری بباتەوە .

٥- دەبێت ئافرەتەکە ئارامی هەبێت لەسەر پیاوەکەی، وەدەبێ بزانێت بـەکارو فـەرمانێکی زۆر خەریکە، پێویستە هاوکاری بکات لـە پتـەوکردنی پیاوەکـەی بۆئـەوەی لـەتاوانی گەورەی وەك زینا بیپارێزێ، وەگوێڕایەڵی پیاوەکەی لە گوێڕایەڵی خواوەیە .

٦- پێویستە هەموومان فێربین چۆن چێژ لـە ژیانمـان وەردەگـرین لـە هـەموو کاتێکـدا،

پەیوەندی گەرم و گوڕیش دەبێتە هۆکاری خۆشەویستی و دڵنەوایی وبەزەیی هاتنەوە، وەخەڵکیش دەپارێزێ لەلادان و زەلیلی .

ئامۆژگاریە هەمیشەییەکان پێش شەوی گواستنەوە

هەندێك ئامۆژگاری گرنگ هەیە لەدایکێکەوە بۆ کچە خۆشەویستەکەی، ئەم ئامۆژگاریانەش ئەگەر هەر کچێك گرنگی پێدا رازی دەبێت لەسەر هاوسەرگیری، ئەنجامەکەشی زۆر لە کێشەکانی رابردوو چارەسەر دەکات یان کچەکە باوەردار دەبێت لە رووداني هەرشتێك، وەگۆرینی چەمکێکی هەڵە دەربارەی خەسوو و خەزوران بەژنهێنان، وەمانای راستەقینە لە باوکەوە بۆ کوڕان چەق بەست دەکات .

کاتێکیش دایك خواحافیزی لە کچەکەی دەکات بۆ شەوی گواستنەوەی :ـ

کچەکەم تۆ ماڵەکەی خۆت جێهێشت، وەلێیەوە دەرچوویت، وەهێلانەیەك بوو تێدا پێگەیشتوی، بۆ هێلانەیەك دەچێت کە لێی رانەهاتووی، بۆ لای مێردێك کە نایناسی، بۆی ببە بە چەتر دەبێتە بەندەی تۆ، جا ڕەوشتی بۆ بپارێزە بۆت دەبێتە زەخیرە :

یەکەم و دووەمیان: لەگەڵ چاوتێری و قەناعەت بە، لەگەڵیدابە بە لێهاتووی وگوێرایەڵی و ملکەچی بە .

سێ یەم و چوارەم: چاودێری بکە بۆ ئەو جێگایەی دیاریکراوە، هەردەم شوێنەکەی بەسەربکەوە، باچاوەکانی لەسەر شوێنێکت نەبێت کەوا پیس بێتن با هەموو کات بۆنت بکات بە خۆشترین بۆن، چاوەکانیشت کل ڕێژکە دەست و دەم و چاوت بە سابوون بشۆ .

پێنجەم و شەشەم: کاتی خواردنی بەسەربکەوە، بێدەنگ بە لە کاتی نوستنی، بزانە گەرمی برسیەتي کڵپەی ئاگرە، وەخەوی ناخۆشیش پەژارەیە .

حەوتەم وهەشتەم: چاودێری کردنی لە ماڵ وسامانی، گرنگی دان بە خۆیی و منداڵەکانی



نۆیەم و دەیەم: هیچ فەرمانێکی پشت گوێ مەخە، نهێنیەکەی بڵاومەکەوە، چونکە ئەگەر فەرمانت پشت گوێ خست ڕقی لێت هەڵدەستێ، ئەگەر نهێنیت ئاشکراکرد لە زوڵمی دڵنیا نابیت .

نەکەیت لەکاتی دڵتەنگی ئەو تۆ پێبکەنیت وەلەکاتی پێکەنین و خۆشی ئەو تۆ دڵتەنگ بێت، چونکە یەکەمیان لە کەمتەرخەمیە دووەمیان لە شێواویە، لەلای ئەو زۆر خۆت بەگەورە رابگرە، ئەویش زۆر رێزت لێدەنێت، نەگەیە ئەوەی کاریگەریت رەزابونی ئەو لەسەر رەزابوونی تۆ بێت، وە خۆشەویستی ئەو لەسەر خۆشەویستی تۆ بێت وەك ئەوەی تۆ چیت خۆش دەوێت و ڕقیشت لە چیە .

بە کورتی :

هەموو گەنجێك خەون بە شەوی پەردەو رۆژی زاوایەتی خۆی دەبینێ وەهیواو خەون و ئاواتەکانی دادەنێت، بەڵام هەندێك لەناکاو توشی کارەسات دەبن وەهەموو خەونە گوڵاویەکانی دادەپۆشێت وەخۆی لە پێش کێشەکان دەبینێتەوەو ئەو بەختەوەریەی چاودروانی دەکرد لە دەستی دەدات .

لەو کێشانەش نەبوونی شارەزایی وزانیاری لەسەر هونەریەکانی مامەڵەکردن وەك ئەو رۆژانە، هەروەها بوونی هەندێك داب ونەریتی هەڵە لە زۆریەی ئەو وڵاتانەی کە کەسەکە دەخاتە ژێر کەش وهەوایەکی دیاری کراو کە ناتوانێت لەم شەوەدا چێژوەرگرێ، یان توش بوونی بووك و زاوا بە جادوویان بە نوشتە لێکردن یاخود چوونی جنۆکە شەیتانەکان بۆ ناو لەشیان .

یاخود کێشەی ترساندن و تۆقاندن لەو پەیوەندیە تازەیەدا ئەنجامی ئەزمونێکی هەڵەیە .

هەروەها ئەو گرفتانە کۆسپ دەخاتە بەردەم بەختەوەری خێزان لە یەکەمەوە، پێویستە لەسەر بووك و زاوا پێش چارەسەرکردن خۆیان بپارێزن و خۆیان ئامادە کردبێت بۆ ئەم شەوە

بەرۆشنبیریەکی نویٚ وزانستیٚکی دروست لە خاوەن زاناکـان، نـەك لـە خـەڵکانی ئەفسـوناوی وئامۆژگاریە خەیاڵیەکان .

خۆت تاقیبکەرەوە

ئەمەی خوارەوە کۆمەڵیٚك بەشن پیٚویستە هەڵسی بە جیٚبەجیٚ کردنیان لەسەر خۆت.

ئەگەر بەتەواوی لەسەری ریٚککەوتی ئەوا نیشانەی (بەڵیٚ) لەژیٚر هەڵبژاردنەکەت دابـنیٚ، بەڵام ئەگەر راڕابوویت ئەوا نیشانەی (هەندیٚ جار) لە ژیٚر هەڵبژاردنەکەت دابنیٚ، ئەگەر ریٚـك نەکەوتی ئەوا نیشانەی(نەخیٚر) لە ژیٚر هەڵبژاردنەکەت دابنیٚ .

ژ	بـەشـەکـان	بەڵیٚ	هەندیٚ جار	نەخیٚر
١	دەتوانم زاڵـبم بەسـەر گرفتـەکانی پەیوەنـدی سیٚکسی .			
٢	باشترین شیٚوازەکانی پەیوەنـدی هاوسـەرگیری دەزانم .			
٣	دەتوانم چیٚژوخۆشی بدەمە هاوبەشی ژیـانم لـە پەیوەندی هاوسەریدا.			
٤	ئایا لە داب ونەریتە هەڵەکان دووردەکەویتەوە لە پەیوەندی سیٚکسیدا؟			
٥	ئایا زاڵدەبیت بەسەر گریٚ کـویٚرەو هەڵوٚیٚسـتە ناشازەکان؟			

هەڵسەنگاندن

ئەگەر هاتوو هەڵبژاردنەکەت بۆ وەڵامی (بەڵێ) بوو ئەوا دوو پلە بەدەست دەهێنیت، ئەگەر هەڵبژاردنەکەت بۆ وەڵامی (هەندێ جار) بوو ئەوا یەك پلەبەدەست دەهێنیت بەڵام ئەگەر هەڵبژاردنەکەت بۆ وەڵامی (نەخێر) بوو ئەوا هیچ پلە بە دەست ناهێنیت .

دەکرێت وەك ئەمەی خوارەوە خۆت هەڵسەنگێنی :

پلە	دۆخەکە
لە سفر ــ ٢ پلە	تۆ زۆر کێشەت هەیە لە ئەنجامدانی پەیوەندی هاوسەری تایبەتیت سوور بە لەسەر زانین و چارەسەری .
لە ٣ ــ ٥ پلە	تۆ لەسەر یەکەمین رێگای چێژوەرگرتنی لە ئەنجامدانی پەیوەندی سێکس،پێویستیت بە زانیاری یاترە .
لە ٦ ــ ٨ پلە	تۆ بەرێگای دروستدا دەرۆیت، بەڵام هێشتا کۆسپ هەیە لەپێگەیشتنی بەختەوەریت، هەوڵدە زاڵبیت لەسەر گرفتەکانی پەیوەندی سێکسی .
لە ٩ ــ ١٠ پلە	تۆ شایانی ئەوەیت هەنگاو بنێیت لەسەر رێگای بەختەوەری لەسەر بەردەوام بیت، وەبیگوازیتەوە بۆ هەنگاوی داهاتوو .

بەشی شەشەم

تەکنیکیەکانی ژیانی هاوسەرگیری بەختەوەر

- ڕێخۆشکردن .
- بنچینەکانی ژیانی هاوسەرگیری سەرکەوتوو .
- هەبوونی دڵسۆزی .
- کۆتایی پێ هێنانی جیاوازیەکان .
- پێشوازی کردن لە خزم و کەسە نزیکەکان .
- دیـاری .
- بە دەنگەوە چوونی ئافرەت بۆ پێویستیەکانی پیاو لە سێکسدا .
- ئەو خاسیەتانەی پیاو حەز دەکات لە ژنەکەی دا هەبێت .
- ئەو تایبە تمەندیانەی ئافرەت حەز دەکات لە پیاوەکەدا هەبێت .
- نهێنیەك لە نهێنیەکانی بەختەوەری هاوسەرگیری .
- ئەرکەکانی ئافرەت لە چاندنی بەختەوەری هاوسەرگیری .
- ئەرکەکانی پیاو لە چاندنی بەختەوەری هاوسەرگیری .
- تەنها بۆ ئافرەتان : چۆن خۆشەویستی و دڵی پیاوەکەت بەند دەکەیت ؟
- بـەکـورتـی .
- خۆت تاقیبکەرەوە .

ڕێخۆشکردن

هەندێك باوەریان وایە کە مامەڵە کردنەکان لە ژیانی هاوسەرگیری لە کاروبارە زگماکیە پوختەکانە، پێویستی بە فێربوون و بەهێزکردن نیە، ئەو بیردۆزەش دادەنرێت بە گرنگترین پاشکەوتووی زۆر لە کۆمەڵگاکان، ئەمەش ملکەچیە بۆ رابردوو، وە وەرگرتنی زانیاریە لە خەڵکی نەزان، وادەزانی هەربە خۆرایی کاروبارەکان دەڕۆن، ئەمەش دەبێتە رووداني زۆر کێشەو گرفت لە هەموو لایەنەکاندا .

بەڵام ئەگەر سەیری کێشەی پەیوەندی خێزانمان کرد دەبینین بە کردار بەشێکی زگماکیە، ئەوەی ئێمە دەیبینین لە نێو ئاژەڵاندا لە سنوری مامەڵەکردن لەنێوانیاندا ئامانجیان تەنها زۆر بوونە، وەسنوری دایکایەتیە، بەڵام لەگەڵ مرۆڤ ئەم کارە جیاوازە، چونکە ژیانی قوڵترە، لەبەر ئەوەی راستی و مێژوویی و دوارۆژی تیایە، بۆیە زۆر شتی گرنگی لەسەر شانە گرینگترینیان هەڵگرتنی راسپاردەیە کە زەوی و ئاسمانەکان و چیاکان نەیان توانی هەڵیگرن بەڵام مرۆڤ هەڵیگرت .

لەسەر ئەو رێرەوەدا پێویستە مرۆڤ مەشق بکات لەسەر تەکنیکەکانی ژیانی بەخشندەو مامەڵە کردن لەگەڵ ئەوانی دیکەدا، بۆ ئەوەی هەست بکات لە ژیانی هاوسەرگیری بەختەوەری تاوەکو لە زۆربەی خاسیەتەکان شیرینی بچێژێ ، یان ئەو رەوشتانەی هەست بە دڵنەوایی دەکات، وە بۆ هاوبەشی ژیانی بەختەوەری بە دەست دێنێ .

ـ تێبینیەکی گرنگ : دەکرێ تێبینی ئاژەڵان بکەیت کە هەڵدەستن بە ئەنجام دانی پەیوەندی تایبەتی ئامانجیان تەنها زۆربوون و زایینە بەشێوەیەکی سروشتی و زکماکی وە هیچ گرفتیان نیە، بەڵام لەگەڵ زۆربوونی مرۆڤ کۆسپ و تەگەرە دێتە پێش و چاوگەی شێواوی و توندو تیژیە.

بنچینەکانی ژیانی هاوسەرگیری سەرکەوتوو

هەموو پرۆژەو گرێبەستێکی بەشداربوو پێویستی بە توێژینەوەیەکی بە سود هەیە، وەرێسایەکی تۆکمە رووبەرووی هەموو هاوبەشێك بکرێتەوە، هەروەها هاوبەشی ئامانجە بۆ بنیاتنانی ماڵێکی نوێ و پرۆژەی ژیان هەردوو هاوبەشە بنیاتنەرە کە کۆدەکاتەوە، پاش ماوەیەك هاوبەشی دیکە دێنە ناو ژیانیان ئەویش منداڵە ئەو هاوبەشیەش پێویستی بە یاسایەکی بنەرەتی و روون هەیە لە نێوانیاندا وە بۆ ئێستاو ئایندەیان سەرکەوتن و رزگاربوون بە دەست دەهێنێ بە پشتیوانی خودای گەورەو میهرەبان، ئەمەی خوارەوە گرینگترین ئامۆژگاری و رێسایە کەوا بەختەوەری لە پەیوەندی هاوسەرگیری بنیات دەنرێت :-

هەبوونی دڵسۆزی

دڵسۆزی پێویستیەکی ژیانیە لە کۆمەڵگاکانی مرۆڤایەتی بەشێوەیەکی گشتی، وەگرنگیەکی لە ڕادەبەدەری هەیە لە ژیانی هاوسەرگیری بە شێوەیەکی تایبەتی، لە ماوەی بەهێزکردنی پەیوەندیەکانی هاوبەش لە نێوانیان بەوەی خزمەتی بەرژەوەندی هەردوولا بکات و بەختەوەربێت لەگەڵیاندا .

بەختەوەری ژیان ئەوەیە کاتێك ژن و مێرد پێداگری دەکەن لەسەر بەردەوام بوونیان وە پارێزگاری کردن لەو ترسناکیەی کە تێکی دەدات، وە کاتێك ژن ومێرد هەست دەکەن هەردووکیان پەناگەن بۆ ئەوی دیکە، وەهاوڕێیەکی دڵسۆزە لە تەنیشتی وەستاوە لەکاتی تەنگانەدا .

تاقیکەرەوەو لێکۆڵەرەوەکان سەلماندوویانە هەرکەسێك بە تەنها کێشەو گرفتەکان هەڵگرێ بە زانین و نەزانینەوە بەبێ بوونی لایەنی دیکە لەلایەن ژن ومێرددا، ئەوا جیاوازی لە نێوان هزرو بیرو رەوشتدا پەیدادەبێت و دەبێتە روودانی کێشەی هاوسەری لەگەڵ ئەوەی هەموو پێداویستیەکانیش لەبەر دەستدا بن .

بۆچی رێژەی تەلاق لە کۆمەڵگاکانی رۆژئاوا گەیشتۆتە (٤٠٪) لە کۆی گشتی ژیانی هاوسەرگیریدا ؟

وەلامەکەی روونە : بریتیە لە نەبوونی دڵسۆزی، وە نەبوونی رێبازێکی دروست، لەبەر ئەوەی گەلێك ماڵ تێکدەدات، یان بەختەوەری وون دەبێت و جیاوازیەکان جێگایان دەگرێتەوە.

پێویستی رۆمانسیەت

بەختەوەری هاوسەرگیری لەگەڵ ئەوەش پڕە لە بارقورسی و ئەرکی گران، پێویستی بەبوونی مەرجێکی سەرەکی هەیە ئەویش خۆشەویستیە ژن ومێرد پێکەوە دەبەستێتەوە، ئەوە فەرمانێکە پێویستی بە روون کردنەوە نیە، بەلام گرنگ ئەوەیە ئەم خۆشەویستیە تەنداربکەیت، ئەو سۆزە لە ئاخافتن و کار دەربخەیت .

کاتێك پەرداخێك ئاوت پێشکەش دەکات دەبێت کاریگەری هەبێت لە چاندنی خۆشەویستی و بەزەیی لە دڵتەوە، هەروەها لە کاتی کارکردنی پێویستە مەدحی بکەیت وەهەندێك خاڵی تریش کە رۆلێکی کاریگەری هەیە لەسەر باوەر بەخۆکردنی لە دەروونیەوە .

ـ ئەمەی خوارەوە هەندێك ئامۆژگارین بۆ زیادکردنی گیانی خۆشەویستی لە نێوان ژن و مێرد : ـ

١- بەدوای بەختەوەریدا بگەرێ لە هەموو شوێنێك، بەختەوەری تەنها گەمارۆ نەدراوە لە قوژبنێکی تەنگ لە قوژبنەکانی ماڵ، بەڵکو لە هەموو سوچێك و گۆشەیەك لە گۆشەکاندایە، بەڵکو بەدوای دا بگەرێ بە خۆت لە دەورو بەرت،لە منداڵەکانت وە خزمەکانت وەکۆمەڵگاکەت، ئەم گەرانەش بێگومان دەتگەیەنێتە بەختەوەری بۆ دڵەکانی لە دەوروبەرت بە پشتیوانی خودای دلۆڤان .

٢- تێگەیشتنی لایەنی دیکەو پێداویستیەکانی لە کارە هەرە پێشینەکانیدا دابێت، وەکاتێك هاوەڵی سەر ڕێگات ئەوەی بیری لێدەکاتەوە راوی دەکەیت، دەزانیت چی بۆ ئەو خۆشەویستەو چی دژ بە ئەوە، بێگومان دەگاتە ئارەزومەندی بۆت بە سووك و ئاسانی .

٣- بزانەو دڵنیابە لە هەمووماڵێك گرفت هەیە، ئەو کێشانەش کاتێك لەسەرمان دادەبەزێت نارەحەتمان دەکات، ئەمەش قەزاو قەدەری خودای گەورەیە لەسەر ئێمەی داناوە، هەروەها لە زۆر لایەنی شاراوەش رەحمەتی تێدایە، هەندێك کەس کاتێك هەندێ کێشە رووی تێدەکات بە حیکمەت مامەڵەی لەگەڵدادەکات، دەرگاکانی لەسەر دادەخات، هەر لەناو ماڵەکەیدا بە سەریدا زاڵدەبێت، بەگوێرەی گەورەو بچووکی گرفتەکە مامەڵەی لەگەڵ دا دەکات .

برای بەرێز خوشکی بەرێز ئەوەش بزانە هۆگری بوون لە هەموو ماڵێك دا لە دۆخی داکشان و هەڵکشان دایە، پێویستە هەمووبمان بەختەوەربین و چێژوەرگرین لە حالەتی خۆشگوزەرانیدا، لەسەر ئەو چاکەیەدا سوپاسگوزاری خودای گەورە بین، وەلە خوای میهرەبان بپارێینەوە لەکاتی تووڕە بوونیدا رزگارمان بکات .

٤- داهێنانەکانی دەروونی و رۆمانسی و وێنە نوێبوونەوەکان زیادەیەکی جوانن بۆ ژیان، وەك خوێ وایە بۆ چێشت دەبێت بە پێوانە تێی بکرێت تاوەکو بە کەمی و زۆری چێشتەکە تێك نەچێت، وەپێویستە لەکاتی خۆیدا تێی بکرێت تاوەکولەزەتێکی خۆشمان بداتێ کە داوای دەکەین، کاتێکیش دەڕوات پێویستیمان بە خوێ نیە لە خواردنەکەمان بکەین،تێکردنیشی زیانمان پێ دەگەیەنێ .

٥- چارەسەرکردنی هەڵەکان بەوەی کەلە هەموویان باشترە، وە بە شێنەیی حوکم لەسەر کارەکان بدەین، وە ووتوویانە هەندێ پێداویستی بە حیکمەت بێ باشە، وە کەسی شارەزاش پشتگیری بکات، سەبرو ئارامبش پێویستە .

٦- یاسایەك هەبێت بۆ ژیانی هاوسەرگیری، لەکاتی کێشەو گیروگرفت خاوەن عەقڵ رەشی



دەکاتەوە، وەدڵێك دەبوورێت، لەکاتی خۆشگوزەرانی و بەختەوەریدا وابکات دڵێك یادبکات، وە زمانێك سوپاسگوزاری بکات .

٧- بزانە بەختەوەری هەمیشەیی لە بەهەشتدایە، لەبیر مەکە راتدەسپێرم لە دونیادا لەگەڵ ژنێکی چاکدابە یارمەتیت دەدات لەسەر کێشەکانی ژیان وەقورساییەکانی .

کۆتایی پێهێنانی جیاوازیەکان

پێویستە ژن ومێرد بزانن هەریەکەیان لە شوێنەوارێکی جیاواز هاتوون وەداب ونەریتەکان وەپەروەردەکردنیان جیاواز بووە، قەدەری خودا وابووە کە لەگەڵ یەك کۆببنەوە، ئەوەش پێویستی بەوە هەیە سەبرو ئارامیان لەگەڵ یەکتریدا هەبێت .

لەکاتی روودانی جیاوازیەك نابێت لە چوارچێوەی ماڵبچێتە دەرەوە وە دەکرێت بەبێ بیستنی هیچ کەسێك چارەسەر بکرێت، چونکە زۆر جاران ئەگەر یەکێك چووە ناو کێشەیەکی سووکی یەکێکی تر گەورە دەبێت .

هەروەها ژن ومێرد دەبێ بزانن ژیانی هاوسەرگیری بەختەوەر خۆشی و ناخۆشی دونیای تێدایە، بەڵام ژیانی خۆش کەوا ماندووبوون و هیلاکی تێدانەبێت تەنها بەهەشتە لە خودای دلۆڤان داوای دەکەین پێمان ببەخشێت .

پێشوازی کردن لە خزم و کەسە نزیکەکان

لە نیشانەکانی بەختەوەری هاوسەرگیری دەبێ ئەوەت خۆش بوێ کە لایەنی دیکە خۆشی دەوێت، خزم و نزیکەکانی خۆش بوێ، رێز لە دۆست و خزمەکانی بگرەو بە روویەکی گەش و شاد پێشوازیان لێ بکە، ناکۆکی کاتێك دەتەقێتەوە لە نێوان ژن و مێرد بەهۆی سەردانی خزمەکانی یەکێکیان و پێشوازی نەکردن لە لایەنی دیکە، ئەمەش رق و کینە دەچێنێت لە دەروونی وە چاوەڕێ دەکات بۆ فرسەتێك بۆ تۆڵە سەندنەوە وەکو بەرامبەرەکەی .



لەوانەیە داب ونەریتی تۆ وابێت حەزت لە تەنیایی و بێدەنگیە وە دوورکەوتنەوە لە تێکەڵ بوون لەگەڵ خەڵك ، یان ئاسودە نابێت بەسەردانکردنی فلان، یان بەیەك گەیشتنی فلان کەس، یان حەزناکەیت میوانێك لەماڵەکەت ببینیت، ئەمانە پێش ژنهێنان هەموو راستن، وەپێش بەستنەوەت لەگەڵ کەسێکی تر کەس گلەییت لێنەکات لەسەر ئەو بیردۆزەت .

بەڵام لە ژیانی هاوبەشیدا پێویستە رێز لە ڕاو هەستی بەرامبەرت بگریت لەکاتی پێشوازی کردن لە دۆست و خزم و ناسیاوەکانی، ئەمەیە ژیانی هاوبەش .

ژن ومێرد پێویستیان بە زانیاری یە لە ئامانجەکانی ژیانی هاوسەریدا بریتیە لە زیادبوونی پەیوەندی لە نێوان هەردوو خێزاندا، لە هەموویان گرنگتر گرنگی دانە بە خزمی ژن و مێردن وەسووربیت لەسەر ڕازی کردنیان، پێشوازیان لێبکە، چونکە بەو رەوشتانە خزمی ژن و مێرد زیاتر لەیەکدی نزیك دەبنەوە .

لە گرینگترین هۆکارەکان کەوا یارمەتی لەسەر جێگیربوونی ژیانی هاوسەرگیری دەدات بەدەست هێنانی کەش و هەوایەکی گونجاو بەیەك گەیشتنی خەسوو خەزورانە، لەوانەیە کێشەی خەسووەکان بە گرنگترین هۆکاری تێکدانی بەختەوەری هاوسەرگیری دابنرێت .

ئەمە بڵاوبوونەوە نیە بەڵکو لەو شوێنەوارانە هەیە کەوا نەزانین تێدا باڵایە و یان شوێنەوارێك پەیوەندی کۆمەڵایەتی بۆماوەیی یە .

بۆ ئەوەی ژیانی هاوسەرگیری جێگیر بێت پێویستە ژن ومێرد هەست بەمە بکەن وەهەروەها خەسووەکان رۆڵێکی چاك بگێرن لەپەروەردەکردنی وچاودێری کردنی منداڵەکانیان لێیان گەڕێن بابە خۆشی بژین وە لەگەڵ گەیشتن بە سۆزو خۆشەویستی وئامۆژگاری باش .

دیـــاری

دیاری بگۆرنەوە یەکترتان خۆش دەوێت وە بەتایبەتی لە پەیوەندی هاوسەرگیریدا، بۆیە لە هۆکارە کاریگەرەکان لە بەهێزکردن و تۆکمەکردنی پەیوەندیەکانی هاوسەری دا بریتیە لە

کەڵك وەرگرتن لە هەندێك کاتی گونجاو بۆ پێشکەشکردنی دیاری بـۆ هاوسـەری ژیانـت، وەك هێمایەك بۆ خۆشەویستی و گرنگی پێدانت بۆی .

پێشکەش کردنی دیاریەك بۆ پیاوەکەت ئەوا لە پلەو پایەکەت بەرزی بە دەست دێنی، وە خۆشەویستی و ڕێزو سۆزو هەستی بۆت زیاتر دەبێت، هەروەها پەیوەندی هاوسـەریتان بەهێز دەبێت، نرخی دیاریش لە خودی دیاریەکە نیە، بـەڵکو نرخـە راسـتیەکەی لـە گرنگـی پێدانە مانابەخش و ئەخلاقیە هێمایەکە لە خۆشەویستی و نەرم و نیانی و دڵسۆزی .

دیاریش دەکرێت ووشەیەکی جوان بێت یان گوڵێك یان دیاریەکی یادگاری بێت، مەرجیش نیە زۆرگران بێت یان شەکەت و هیلاکی بێت بۆ پیاوەکە، بەڵام دەبێت دیاریە کە بـە گـوێرەی توانا بێت، وەچەند دیاری سـادە پـێش دیـاری بـەنرخ گـران کـەوتووە بـەڵام گـرنگ شـێوازو ڕێگاکەیە کە وا دیاری یە کە پێشکەش دەکەیت .

بەدەنگەوە هاتنی ئافرەت بۆ پێداویستی پیاو لە سێکسدا

لە یاسا گرنگەکان کەوا یارمەتی دەدات لەسەر بەردەوامی ژیانی هاوسەری ئەوەیە بوونی پەلەکردنی ئافرەتە بۆ بەدەنگەوە چوونی داوای پیاوەکـەی بـۆ سـەرجێی، پێغەمبـەر درودی خوای لەسەر بێت دەفەرموێت ﴿إذا دعا الرجل إمرأتـهُ الى فراشـه فلـم تأتـه، فبـات غضـبان عليها، لعنتها الملائكة حتى تصبح﴾ .

واتە﴿ئەگەر پیاوێك داوای لە ئافرەتەکەی کرد بۆ سەر جێی ئەگەر نەچووە لای، جائەگـەر پیاوەکە بەتورەیی مایەوە، مەلائیکەتی خودا تاکو بەیانی نەفرەتی لێدەکەن﴾ .

هەروەها ئاینی ئیسلام پێـداگیری دەکـات لەسـەر سـەلامەتی کەسـەکانی وەبێگـەردی کۆمـەڵگا لە هەموو خراپەیەك، وەبڵاوکردنەوەی خۆشەویسـتی و دڵنـەوایی لـەنێو کۆمـەڵگا، هەموو ئەوانەش پێویستی بە خەبات و قوربانیدان و بەخشین هەیە .

ئەو تایبەتمەندیانەی پیاو حەزدەکات لە ئافرەتەکەیدا هەبێت

بەختەوەری هەستکردنە بە رەزابوون، لە نیشانەکانی رەزابوونیش ئەوەیە کەسێك ببینێ یەکێك بەختەوەری دەکات، وەلێی رازی دەبێت، لەو خاسیەتانەی کەوا پیاو بەدوایدا دەگەرێت لە ئافرەت دا هەبێت ئەمانەن :ـ

١- لە دەروونی خۆیدا بیپارێزێ وە سامانەکەی لەکاتی ئامادەبوون و ئامادە نەبووندا، هەست بە ترسیش بکات لەوەی کەهەیەتی .

٢- دڵی خۆش بێت کاتێك سەیرت دەکات، ئەوەش بەجوانی لەش و لارو گیانی و عەقڵی، هەرکاتێك ئافرەت ناسك و جوان بێت لە روخساری ئەو کاتە سەرنجی پیاوەکەی زیاتر بۆ لای خۆی رادەکێشێ و زیاتریش پێوەی دەبەسترێتەوە .

٣- دەکرێت کات و رێگایەکی گونجاو هەڵبژێری لەکاتی داواکردن شتێکت دەوێ وە دەترسێی رەتی بکاتەوە بە شێوازێکی باش، پێویستە ووشەی گونجاوی بۆ هەڵبژێری.

لەسەر ژنەکە پێویستە پیاوەکەی رابهێنێ لەسەر پاشەکەوت کردن و خەرج کردن بەپێی پێداویستی، پێویست ناکات هەموو رۆژێك جلەکانی خۆی بگۆرێت و هەموو ئێوارەیەك لە گرنگترین ئوتێل خواردن بخوات و هەموو ساڵێك گەشت و گوزار لە لێواری دەریاکان ئەنجام بدات .

٤- لە کاتی مشت و مرِدا دەنگی خۆی لەسەر پیاوەکەی بەرزنەکاتەوە، پارێزگاری لە مێینەی خۆی بکات لە قسەکردندا .

٥- با ئارام بگرێت لەکاتێك دا پیاوەکەی هەژاربوو، وە سوپاس گوزاربێت لەگەڵ دەوڵەمەندبوونی پیاوەکەی .

٦- پیاوەکەی هانبدات لەسەر پەیوەندی دایك و باوکی وهاورێکانی و خزمەکانی .

٧- پەیوەست بێ بە راستگۆیی و لە درۆکردن دووركەوێتەوە ئەگەر فشاریشی لەسەر بێت.

٨- منداڵەکانی پەروەردە بکات لەسەر خۆشەویستی خوداو پێغەمبەر درودی خوای لەسەر

بێت، وەهەروەها پەروەردەیان بکات لەسەر ڕێزگرتن لە دایك وباوکی گوێڕایەڵیان بێت.

٩- ڕێگرنەبێت لەوەی پیاوەکەی چۆن دەیەوێت سێکسی لەگەڵ دابکات، وەچۆنیەتی سێکسەکە تەنها ئەوەی خودای گەورە قەدەغەی کردووە .

١٠- لەخۆبایی نەبێت بە گەنجی و جوانیەکەی و زانینی کارەکانی چونکە ئەوانە گشتی لەناو دەچن .

١١- هەوڵ بدات نوێبوونەوە بکات لە ژیانیدا، وە دووركەوێتەوە لە بێزاری .

١٢- گوێرایەڵی بکات ئەگەر فەرمانی پێدا تەنها ئەگەر فەرمانەکە یاخیبوونی خودای گەورەو پێغەمبەر درودی خوای لەسەر بێت تێدا نەبێت .

١٣- ڕێگا بەهیچ کەس نەدات بێتە ژوورەوە لەکاتێکدا کە پیاوەکەی لە ماڵەوە نەبێت ئەگەر هاتوو لە کەسە زۆر نزیکەکانی نەبێت، چونکە ئەمە گومانی لێدەکرێت .

١٤- ئەگەر ڕەوشتێکی خراپی لە مێردەکەی دیت دەبێت ئارام بگرێت، لەوانەیە ڕەوشتێکی باشتر ببینی بۆ جارێکی تر لەوانەیە شتێکی باشتر نەبینیت لەیەکێکی ئەگەر تەلاقیدا.

١٥- هیچ کاتێك بیر لە یادگارە هەڵەکانی مەکەوە، بەڵکو هەوڵبدە بیر لە یادگارە جوانەکانی بکەیتەوە کە پێدا تێپەربوویت .

١٦- لە کاتی دەرچوونی خواحافیزی لێ بکەو بە هێمای خۆشەویستی تاوەکو دەرگا لەگەڵیدا بڕۆ، ئەمەش دەریدەخات چەند گرینگی بە پیاوەکەت دەدەیت .

١٧- ئەگەر لە دەرەوە گەڕایەوە ماڵ پێشوازی لێبکەو ڕووخۆشبە و گوێرایەڵی بکەن هەوڵبدە ماندووبوونی کارەکەی لەسەر سووك بکە .

١٨- کاریگەری لەسەر پیاوەکەی دروست بکات لەسەر نزیکترین کەسی ئەگەر باوکیشی بێت .

١٩- جگە لەو سەیری کەس مەکە، هەوڵبدە لاسایی کوێران بکەیتەوە .

٢٠- ئەگەر ویستی قسە بکات تۆ بێدەنگ بە، بواری قسەکردنی بدەرێ، بەمەش



پیاوەکەت واهەست دەکات کە خێزانەکەی گرنگی پێدەدات .

٢١- لە پێش مێردەکەت ستایشی پیاوی بیانی مەکە تەنها ئەگەر بۆ لایەنی ئایینی پیاوەکە بێت چونکە ئەمە هەستی پیاوەکەت دەهەژێنێ، وە زۆر کێشەی خێزانی دروست دەبن، ئەمەش وادەکات پیاوەکەی چاو لە ژنەکەی هەڵنەگرێت .

٢٢- چەندی دەکرێت قسە کەم بکە زۆر بڵێ مەبە، کۆن ووتوویانە: ئەگەر هاتوو قسە لە زیو بێت ئەوە بێدەنگی لە زێرە .

٢٣- هەموو مافێکی سەرپەرشتیاری بدە بە مێردەکەت کەوا خودای گەورە واجبی کردووە توندو تۆڵ بەو تەمبەڵ مەبەو کەمتەرخەمیش مەبە .

٢٤- رێگا بەکەس مەدە دەست بخاتە ناو ژیانی هاوسەریتان،ئەگەر کێشەیەکیش روویدا هەوڵبدەن بەبێ ئاگاداری خزم و کەسەکانتان چارەسەری بکەن .

٢٥- هەوڵبدە لە زانینی دەروونی پیاوەکەت و رووخۆشیەکەی، کەی دڵخۆشە؟ وەکەی خەمبارە ؟وەکەی توورە دەبێت ؟ کەی پێدەکەنێت ؟ وەکەی دەگرییێت ؟ چونکە ئەمە لە زۆر کێشەو گیروگرفت دورت دەخاتەوە .

٢٦- ئاخافتنی شیرین کلیلی دڵە، پیاو زیاتر ژنەکەی خۆش دەوێت کاتێك قسەیەکی شیرینی گوت ماناو مەغزایەکی سۆزداری پێوەبێت، بەتایبەتی کاتێك پیاوەکە بزانێت ئەم ووشانە لە دڵێکی راستگۆو خۆشەویستەوە دەردەچێت .

٢٧- هەردەم خۆشەویست بە بۆ زانین و وەزانیاری سودمەند یارمەتیدەرە لەسەر جێ بە جێ کردنی ئەرکەکان لەژیاندا، وە زۆر کێشە دووردەخاتەوە .

ئەو تایبەتمەندیانەی ژن حەز دەکات لە پیاوەکەی دا هەبێت

ئافرەت حەز دەکات هەندێك خاسیەت و رەوشت لە پیاوەکەیدا هەبێت کە لە پاڵپشتکردنی خۆشەویستی و ئەڤینی لەنێوان ژن ومێرد زیاد دەکاتن ئامۆژگاریە گرنگەکان بۆ پیاو: ـ

١- ئافرەت حەز دەکات پیاوەکەی دوورکەوێتەوە لە وروژاندنی ئەو بابەتانەی هەستی خێزانەکەی بریندار دەکاتن ئافرەتەکەش لە خۆی توورە دەکات، بۆیە دوورکەوەبە هەستانی کارێك لەبەرامبەری چونکە دەزانی ئەویش رازی نابێت .

٢- بەر هەڵستکار مەبە لە هەر پێشنیارێك یان رایەك لەلایەن خێزانەکەت دەردەچێت بەبێ گفتوگۆ، چونکە ئەمە ئازاری دەدات هەستی بەرامبەر نامێنێت، هەروەها کاردەکاتە سەر بەختەوەری هاوسەریتان .

٣- ئافرەت پیاوێکی خۆش دەوێت سروشتی ئافرەت بە گشتی بزانێت، وەسروشتی ئافرەتەکەشی بە تایبەتی بزانێت، بەتوانای خۆی مامەڵەی لەگەڵدا بکات .

٤- پیاوێکی خۆش دەوێت کەم و کوڕیە شاراوەکانی ئاشکرا نەکات هەوڵبدات لەبیری بباتەوە .

٥- لە کاروبارەکانت راوێژ بە خێزانەکەت بکە، بەتایبەتی لە کاروبارە سووکەکان، دەکرێت لەگەڵت بیربکاتەوەو بریارێك دەربکەی وەیارمەتی بدە لەسەر وەرگرتنی بریار، گفتوگۆی لەگەڵدا بکە ئەگەر هەڵەت کرد هەوڵ مەدە گاڵتە بەرایەکەی بکەیت ئەگەر رێك نەکەوت .

٦- هێمن و لەسەرخۆبە لە فەرمانەکان و قەدەغەکراوەکان، فەرمانەکانت بەراورد مەکە لەسەری بە گەورەیی و بەرزی لەگەڵ ئەوەش جیاوازی نێوانتان رۆشنبیری یان تەمەن بێت .

٧- شێوازی نەرم لەگەڵیدا بەکاربهێنە بە جۆرێك هەست بە مێینەی خۆی بکات وای دابنێ لە هاورێکەیت یان برادەرێکی کارت جیاوازە .

٨- هەموو پێداویستیەکان لە خەرجکردن و لە کەل وپەلەکانی ناو ماڵ و پێداویستیەکانی خێزانی بۆ دابین بکەن لێپێچینەوەی لەگەڵ دامەکە لە کاتێکدا هیچت پێشکەش نەکردووە کە یارمەتی بدات لە ئەرکەکانی وەك خەرجی و کەل وپەل و ئامێری تر، بە مانای پیاو داوای لە ژنەکەی نەکات وەك چێشتی بەتام یان شیرین وەکو دراوسێ یەکەیان یان خێزانی هاورێکەی، لە کاتێکدا ئەو هیچی نیە لە ئامێری کارەبایی یان کەل و پەلە گونجاوەکان بۆ کارکردن، کێشەکان سەرهەڵدەدەن سەبارەت بەو هۆکارانە بەبێ ئەوەی تاوانی ئافرەتەکەی بێت .

٩- لە هەندێ کاتدا گاڵتەی لەگەڵدا بکە وەیاری لەگەڵ دابکە لەگەڵیدا پێبکەنە، لەکاتی ئامادەبوونتدا لەماڵ تەنها پشوودان و بێدەنگی نەبێت لە پێکەنینن، وەگاڵتەوگەپ لەگەڵ برادەرانت مەکە، لەکاتێکدا لە ماڵ دەبیت چەلەنگ بە وەبە غیرەت و بریار دەربە لە کەس قەبوڵ مەکە لە سنوری دەربچێت، یان بیر لە گاڵتەجاری بکاتەوە ، ئەوە زوڵمێکی ئاشکرایە .

١٠- بەشێك لەکاتەکەت بۆ ئەو بە وات لێنەکات کارەکەت کەمتەرخەمت بکات لە تێکەڵ بوونت لەگەڵیدا واچاکترە بەشێك لە کات تەرخان بکە بە کارکردن لەگەڵیدا بۆ ئەوەی هەست بەنرخی خۆی بکات، باگومان نەبات کە ئەو لە پلەی دووەمە یان پیاوەکەی گرنگی پێنادات تەنها لەکاتی بەتاڵی نەبێت .

١١- پێی بڵێ خۆشم دەوێی بە ووشە یان بە کردار یان بە هێما وەهەروەها دەکرێت بە هێما بە رێگایەکی ناراستەوخۆ پێی بڵی زۆر پەرۆشم بۆت .

١٢- لە هەندێك هەڵوێستدا دیاری پێشکەش بکە، ئەگەرچی دیاریەکەش رەمزی بێت .

١٣- چاودێری توندوتیژی ئافرەتەکەت بکە لەتەندروستی و دەروونی، بەتایبەتی لەو

کاتانەی کە باری تەندروستی خراپە یان رارایە وەك : کاتەکانی سووڕی مانگانەن یان کاتەکانی بوونی کێشەیەك کارەکان بێسەروبەر دەبن، هەوڵبدە بۆ چارەسەرکردنی کێشەکان .

١٤- زاڵبە بەسەر هات و هاوارەکەی وەزۆر داواکاری لەسەر مەکە، بزانە هەموو مرۆڤێك هات و هاوار دەکات و هەڵەی سووکیش دەکات، هەوڵبدە چاو بنوقێنی لەو جۆرە ناتەواویانە .

١٥- خۆت رزگارکە لە پەشێوی، چونکە پەشێوی دادەنرێت بە دوژمنی بەختەوەری و لەناو بردنی، هەرکەسێك لەناو شێواویدا بژیێت بەختەوەری نابینێت و کێشە زیاد دەکات، عەقڵ دەشێوێنێت نایەڵێت بیربکاتەوە لە چارەسەرکردنی کێشەکان .

١٦- زوو تووڕە مەبە ، رزگاربوون لە تورەیی کارێکی قورسە، پیاوی ئاقڵمەندیش زوو تووڕە نابێت وە تووڕە بوونیش زاڵنابێت بەسەریدا، چونکە بەختەوەری لێ تێکدەدات و ژیانی پڕدەبێت لە ناخۆشی، بۆیە پیاوی بەهێز ئەوەنیە لەسەر خەڵکی هاواربکات بەڵکو ئەو کەسەیە خۆی دەگرێت لەکاتی تووڕەبووندا .

١٧- مێردێکی نەزان مەبە، چونکە کەم زانین بە لێهاتوویی ژیان بەتایبەتی لە ژیانی سێکسی نێوان ژن ومێرد دەبێتە هۆی رق لێبوونەوەی دوولایەنە لە نێوانیان، هەروەها ژیانی هاوسەریتان بەردەوام نابێت و ژن ومێرد پەنادەبەنە بەرلێك جودابوونەوە، یان هەر هیچ نەبێت ژیانی هاوسەریان بەختەوەر نابێت .

نهێنیەك لە نهێنیەکانی بەختەوەری هاوسەرگیری

بەختەوەری هاوسەرگیری لەماڵێك باردەکات کاتێك تێکەڵاوی هەبێت لە تێگەیشتندا، یان هەڵە کردن لە بیروباوەڕ، یان زۆرجار کاتێك پیاوەکە نازانێت بەختەوەری هاوسەری لە کوێ یە وە چۆن بەدەست دێت ؟

ئایا پسپۆریە لە ئامادەکردنی خواردن ؟

یان جوانیە ؟

یان منداڵبوونە ؟

یان شتی دیکەیە ؟

ئەمە نمونەیەکە بۆ ئافرەتێکی بەختەوەر کە ژیانێکی درێژی بردۆتە سەر لە ماڵێك کەوا بەختەوەری و سەرکەوتن تێیدا پارێزراوە سەرباری رووداني زۆر لە ڕەشەباو بوومە لەرزە لەگەڵ ئەوەش توانیویەتی زاڵ بێت بەسەریا وپارێزگاری ماڵەکەی بکات لە هەموو خراپەیەك .

کاتێك پرسیارم لەو ئافرەتە کرد ووتی : ـ بەدەست هێنان لەسەر بەختەوەری هاوسەرگیری بە دەستی ئافرەتە،چونکە ئافرەت دەتوانێت ماڵەکە بکات بە بەشێك لە بەهەشت وەدەشتوانێ بیکات بەبەشێك لە دۆزەخ .

نەڵێی : سامان، چونکە زۆر لە ئافرەتە دەوڵەمەندەکان هەناسە ساردن و مێردەکانیان لەلایان رایان کردوون، وەنە منداڵیش گەلێك لە ئافرەتان کورو کچیان بووە، لەگەڵ ئەوەش مێردەکانیان ریسوایان دەکەن و خۆشیان ناوێت یان تەلاقیان دەدەن .

وە زۆیش هەن پسپۆرن لە چێشت لێنان، یەکێك لەوانە بەدرێژایی رۆژ چێشت ئامادە دەکات لەگەڵ ئەمەش سکالای خراپی مامەلەی مێردەکەی دەکات وە کەمیش رێزی لێ دەنێت .

ئەی نهێنیەکە چی یە ؟ چی دەکەیت لەکاتی روودانی کێشەوگرفت لەگەڵ مێردەکەت ؟

ئافرەتەکە ووتی : کاتێك پیاوەکەم توورە دەبێت ئاژاوە دەنێتەوە دەمار گرژ دەبێت، مـن پەنادەبەمە بەربێ دەنگیەکی تەواو بە هەموو ڕێزێك ، تکایە بێدەنگ بە لەگەڵێدا نەکەی لـە ئاورِ دانەوەیدا بە گاڵتەجاریەوە بتبینێ ئەگەر بە چاویش بێت .

- بۆچی لە ژوورەکە ناچیتە دەرەوە ؟

ووتی: نەکەی........چونکە وا گومان دەبات تۆ لەبەری رادەکەیت تۆش ناتـەوێ گوێـت لێی بێ، پێویستە بێدەنگ بیت هەرچی ووت وابکە تاوەکو هێمن دەبێتەوە پاشان پێی دەڵـێم: ئایا کۆتایی پێ هات ؟ پاشان دەردەچم چونکە ئەو ماندوو بووە پێویستی بە پشـوودان هەیـە پاش ئاخافتن و هاوارکردن، وە لە ژوورەکە دەچمە دەرەوە ئیش وکارەکانی ناوماڵ و کاروبـاری منداڵەکانم تەواو دەکەم، ئەمیش بە تەنیا دەمێنێتەوە چونکە شەکەت و ماندوو بووە لەسـەر ئەو شەرەی کەوا بەرپای کرد .

چی دەکەیت، ئایا پەنا دەبەیتە بەر شێوازی قسەنەکردن لەگەڵیدا بۆ ماوەی چەند رۆژێـك یان هەفتەیەك ؟

نەخێر، نەکەیت چونکە ئەو نەریتە خراپە چەکێکی دوو ڕووە، کاتێـك دوو هەفتـە قسـە لەگەڵ پیاوەکەت ناکەیت ئـەوە لەسـەرەتادا لەسـەری قـورس دەبێـت، هـەوڵ دەدات قسـەت لەگەڵدا بکات یان لێت نزیك بکەوێتەوە، بەڵام پاش چەند رۆژێـك رادێـت لەسـەری، چـونکە ئەگەر یەك هەفتە قسەت لەگەڵدا نەکرد ئەو دوو هەفتـە قسـەت لەگەڵـدا ناکـات، پێویسـتە لەسەرت بگەرێیتـەوە لای چـونکە تـۆ ئـەو هەوایـەی هـەڵی دەمـژێت، وە ئـەو ئـاوەی کـە دەیخواتەوە، دەست بەرداری نابێت ببە بە هەوایەکی نەرم، نەکەی ببیتەبایەکی توند .

- کەواتە پاشان چی دەکەیت ؟

پاش دوو کاتژمێر یان زیاتر پەرداخیك شەربەت یان فنجانێك قاوەی بۆ دادەنێم، وە پێـی دەڵێم: ـ فەرموو بیخۆرەوە، چونکە ئەو پێویستی پێیەتی، وە بەشـێوەیەکی ئاسـایی تـەواوی دەکەم .



وە سووردەبێت لەسەر پرسیارکردنم : ئایا تۆ تووڕە بوویت ؟

دەڵێم : نەخێر، سەبارەت بە قسەرەقەکانی داوای لێبووردن دەکات و گوێ لە قسەی جوان رادەگرێت .

ـــ ئایا باوەر بە لێبووردن و قسەخۆشەکانی دەکەیت ؟

بەڵێ......چونکە من باوەر بەخۆم دەکەم و هەست بە کەم و کووڕی ناکەم .

ـــ ئایالەمنت دەوێ باوەر بە قسەکەی بهێنی کە ئەوتوورەیە وە درۆکردنەکەی کەئەو هێمنە؟

ـــ پیاوەکە پێی دەڵێت : بە کەرامەتی تۆ ؟

ـــ ئافرەتەکە دەڵێت : کامە کەرامەت ؟

ـــ کەرامەتی تۆ، ئایا باوەر بە هیچ ووشەیەکی بریندار ناکەیت لە مرۆڤێکی توورە، باوەر بە قسەکەی بهێنی کاتێك هێمن دەبێت ،

یەکسەر لێی دەبوورم : چونکە من هەموو جنێوەکانم لە بیر چوو، درکم کرد بە گرنگی گوێ گرتن لە قسەی سوود بەخش .

ـــ وەبە کورتی، ئەوانەی پێشتر روویدا دەکرێت بڵێم نهێنی بەختەوەری هاوسەرگیری ئە قڵی ئافرەتە وەبەستنەوەی ئەو بەختەوەریەش زمانەکەیەتی، بەلام نهێنی ماندوو بوون و هیلاکی ئەوەیە لە بۆسە دابیت وە لە روانگە بوەستیت بۆ هەڵەکان، یان چوونی تووڕەیی بۆ ناو دەروون یان وەسوەسەکانی شەیتان کە جیاوازی سووك گەورە دەکات، ماڵەکە دەگۆڕێت بۆ بازنەیەکی ململانێی و کۆتایی یەکەی جیابوونەوە دەبێت .

ئەرکەکانی ئافرەت لە چاندنی بەختەوەری هاوسەرگیریدا

بۆ هەموو ژن و مێردێك رۆڵێکی بنەرەتی هەیە لە چاندنی تۆوی بەختەوەری هاوسەرگیری، زۆر لە توێژینەوەو راو پێشنیارەکان دا هاتووە بۆ رۆڵی هەریەکە لە ژن و مێرد لە دروست کردنی ماڵێك لە خۆشەویستی و شادی دا بژیت .

وە دکتۆر (جۆن جەرایی) هێمای کردووە بۆ هەندێك هەڵوێست کە ئافرەت دەتوانێت بۆ زیاتر نزیك بوونەوە لە هاوسەرەکەی بەرهەم بهێنێت :

١- هەڵەیەکی ئەنجامدا، هیچ ئامۆژگاریەکی بۆ پێشکەش نەکرد، وە پێی نەووت: ئەی پێم نەووتی ؟

٢- هیوای نەما لەجێ بەجێ کردنی کە بەتەمابوو بە دەستی بهێنێ، وە سەرزەنشتی نەکرد.

٣- لە بیری چوو ئەو شتەی داوات کردبوو بۆت ئامادە بکات، ئافرەتەکە ووتی : خراپ نیە، بە یارمەتیت بەیانی ئامادەی بکە، ئەمە قەدەری خوایە ئەوەی بیەوێت دەیکات.

٤- ئەگەر بریندارت کرد بەبێ مەبەست، وە هۆکاری بریندارەکەی تێگەیشت، داوای لێبووردن دەکات، وەخۆشەویستی پێ دەبەخشێت کە پێویستیتی ، وەچاکترین شێواز خۆشی دەوێت .

٥- داوای یارمەتیت لە مێردەکەت کرد بەڵام بەرپەرچی دایەوە لەبەر هەندێك کاری تایبەتی، تۆ بەرامبەری مەوەستەوە لەسەر هەموو شتێکی گەورەو بچووك .

٦- ئەگەر داوای پۆزشی کرد لە هەڵەیەك، پۆزشەکەی قەبوڵ بکە بە خۆشەویستی و لێبووردن .

٧- کاتێك داوای یارمەتی لێکرد رازی بوو ئەوە بە روویەکی خۆش دەمێنێتەوە .

٨- کاتێك پاش شەڕکردن لەگەڵیدا ئاشت بووەوە، وەهەندێك خزمەتی بچووکی پێشکەش دەکات، خزمەتەکە قەبول بکەو رێزی بگرەو خۆت سووك مەکە .

٩- بەختەوەریەکەی دەردەخات بە گەرانەوەی پیاوەکەی بۆ ماڵەوە، بە کەم و کوری یان کێشەکانی لەگەڵیدا دەست پێ مەکە .

١٠- نائومێد بوو لە چێشتخانەیان شوێنی دانیشتن کەوا ئافرەتەکەی برد بۆ ئەوێ، وا دەردەکەوێت کە رازی نیە بە رووخۆشی و بەزەردەخەنە .

١١- هێما بکە بە هەست و هۆشی بە رێگایەکی نەرم و نیان، بە بێ گلەیی یان بەرپەرچدانەوە یان نائومێد بوون

ئەرکەکانی پیاو لە چاندنی بەختەوەری هاوسەرگیریدا

بەختەودری ناکرێت تەنها بۆ کەسێك بێت بێت، هەروەها ناکرێت بەختەودری هاوسەری ببێت مەگەر هاوکاری هەردوولا بێت لەسەرچاندن و چاودێری، لەو رێرەوەدا هەندێك ئامۆژگاری هەیە دەکرێت پیاو لەسەر مەبەستی خۆشەویستی لەلایەن هاوبەشەکەی زۆری دەست کەوێت .

هەروەها دکتۆر (جۆن) کۆمەڵێك بیرکردنەوەو پێشنیار دەکات بۆ پیاوەکە وەك ئەمەی خوارەوە :ـ

١- کاتی گەرانەوەت بۆ ماڵ، یەکەمجار تەنها بەدوای ئەودا بگەرێ پێش هەموو شتێك

٢- بە ووردی لە خێزانەکەت بپرسە چۆنی بەسەر بردووە، ئەمە نیشانەیە بۆ زانینت بەو پلانەی رۆژەکەی تێدا بەسەر بردووە (چی لە تۆ روویداوە لەم رۆژەدا؟ ئایا چی تازەت لەبەر دەستدایە؟) .

٣- لەسەر دەقەکان مەشق بکە وە پرسیارەکانیش لە کاتی خۆی ئاراستەی بکە .

٤- بەرەنگاری ئارەزووەکانی خۆت بکە لە چارەسەرکردنی کێشەکانی، جیا لەوەش هاوسۆز بە لەگەڵیدا .

٥- خێزانەکەت ماچ بکە لە کاتی دەرچوونیشت خواحافیزی لێبکە .



٦- رۆژی چوار جار دەستی لە ملی بکەو لە باوەشی بگرە .

٧- سوپاسی بکە کاتێك کارێکت بۆ جێ بەجێ دەکات .

٨- کاتێك خواردنت بۆ دادەنێت ستایشی لێنانەکەی بکە .

٩- جارجارسەرسوڕمانی خۆت بۆ روخساری دەربڕە .

١٠-هەر هیچ نەبێت رۆژێ دوو جار پێی بڵێ : خۆشم دەوێی .

١١-کەل وپەلەکانت لە شوێنێکی دروست دابنێ، چاوەڕێ مەکە ئەو بەو کارە هەڵسێ، یان سەرزەنشتی بکەی لەکەمتەرخەمیەکەی، بەڵام دەکرێت بەبیری بهێنیتەوە .

١٢-ئەگەر رۆژێك ماندوو بێت یان سەرقاڵ بێت و داوای یارمەتیت لێبکا پێویستە لە جیاتی ئەو هەندێك ئیش و کار بکەیت، وەك: ئامادەکردنی منداڵەکان بۆ قوتابخانە، یان رێکخستنی ژووری نوستن یان ئامادەکردنی خواردنی ئێوارە .

١٣-پێکەوە دەربچن بۆ شوێنی باخچەو حەوانەوە، ئەگەر بۆ کاتێکی کەمیش بێت بەبێ منداڵ بردن .

١٤-لەسەر کار پەیوەندی پێوەبکەو لە هەواڵی بپرسە، یان بەشداری لەگەڵدابکە لە کارێك، یان پێی بڵێ من تۆم خۆش دەوێت .

١٥-بیست خولەك ببەخشە لەسەر سەرنجدان بێ ئەوەی بەپەلە بیت لە فەرمانت، یان خۆت بە کارێك خەریك بکەیت وەك خوێندنەوەی رۆژنامە .

١٦-کاتێك قسەت لەگەڵدا دەکات رۆژنامەکە لە دەستت بگرە،یان تەلە فزیۆنەکە دابخە تەواو سەرنجی بۆ راگرەو تەماشای بکە.

١٧-هەندێ جار دەستی لێبدە کاتێك قسەی لەگەڵدا دەکەیت .

١٨-پێش ئەوەی دەربچیت پرسیاری لێبکە لەوەی ئارەزووی هەیە لەگەڵ خۆت ئامادەی بکەیت وە ئامادە کردنەکە لە بیرنەکەیت .

١٩-ئەگەر دواکەوتیت پەیوەندی پێوەبکەو هۆکاری دواکەوتنەکەتی بدەرێ .



٢٠-کاتێك سەفەر دەکەیت بۆ دەرەوەی شار، پەیوەندی پێوەبکە کەوا بە سەلامەتی گەیشتیە شوێنی مەبەست، وەژمارەی تەلە فۆنی خۆتی بۆ بە جێبهێڵە تاوەکو پەیوەندیت پێوە بکات .

٢١-کاتێك سەفەر دەکەیت هەواڵی بدەرێ چەند دەخایە نێت .

٢٢-پیلانی دەرچوونت لەگەڵیدا پێش چەند رۆژێك دابرێژە، نەك چاوەرێ بکەیت تاوەکو رۆژی پشوو ئینجا پێی بڵێ ی چی بکەین .

٢٣-بێدەنگ بە لەکاتی دواکەوتنی خێزانەکەت کاتێك ئامادەن بۆ دەرچوون، یان گۆرینی جل وبەرگەکان زیاتر لەجارێك .

٢٤-هاوسۆز بە لە هەست ونەستی کاتێك هەست بە دڵتەنگی دەکات .

٢٥-لیستێکی ژمارە بنوسە لە وشتانەی کە دەیەوێت دابینی بکەیت لە چێشتخانە دابنێ، کاتێك کارێکی بەتاڵ لەبەردەست دابوو،شتەگرنگەکان دابین بکەو مەهێڵە زۆر دوابکەوێت .

٢٦-جارجار دیاریەکی بچووکی بۆ بهێنەوە وەك : چەپکە گوڵێك یان پاکەتێك چوکلێت، یان هەر شتێکی سادە کە ئەو سات نە بوو بیکرێت .

٢٧-کاتێك نەخۆش دەکەوێت پرسیاری نەخۆشیەکەی لێبکەو وە کاتی دەرمانەکانی بیر بهێنەوە .

٢٨-بۆنە تایبەتیەکانت لە بیربێت، وەك : جەژنی هاوسەرگیری و جەژنی لە دایك بوون، لەلای خۆت بنوسە تاکو لە بیرنەکەیت .

٢٩-وازی لێبێنە بابزانێت دەتەوێت دەربچیت یان بخەویت .

٣٠-پێکەوە ئامادەبن بۆ خەوتن، لە هەمان کاتیش برۆنە سەر سیسەمەکە .

٣١-کاتێك داوای یارمەتیت لێدەکات، بە بوون و بە نەبوون وەڵامی بدەرەوە بێ ئەوەی سەرکۆنەی بکەیت یان هەستبکات ئەو هەڵەیە، چونکە ئەو داوای یارمەتی لێکردووی.

٣٢-ئەگەر هەستیت بریندار کرد، هەندێك سۆزی بدەرێ، پێی بڵێ (ببورە چونکە من تۆم بریندار کرد) دوایی بێدەنگ بە وازی لێبێنە هەست بە تێگەیشتنەکەت دەکات .

٣٣-کاتێك هەست دەکەیت حەزت لێیە لە هەندێك کات دوورکەویتەوە، لێیبگەرێ با دڵنیابێت کە تۆ دەگەرێیتەوە، یان پێویستیت بە هەندێك کات هەیە بۆ بیرکردنەوە.

٣٤-کاتێك هێمن دەبێتەوەو دەگەرێتەوە، بەرێزەوە قسەبکە لە وەی بێزاری کردووی، بەبێ سەرزەنشت کردن، ئەمەش دەبێتە هۆی ئەوەی هەردەم پەشێو نەبێت .

تەنها بۆ ئافرەتان : چۆن خۆشەویستی و دڵی پیاوەکەت بەند دەکەیت؟

زۆر ئافرەت هەوڵدەدەن دەست بەسەر دڵی پیاوەکانی دابگرن بە رێگاکانی باش یان بە شێوازەکانی بێ سوود، بنکەیەکی باش و شێوازێکی هەڵە، هیچ چیرۆکێکی راستەقینە نیە نیشانە بکات بۆ ئەو هەڵوێستە کەوا زۆر لە ئافرەتان دووبارەی دەکەنەوە .

بەتایبەتی لە شوێنە فۆلکلۆریەکان و گوندەکان ، لە گوندێك ئافرەتێك هاتە لای زانایەك ئافرەتەکە ئەوەی بە جادووگەر دادەنا، داوای لێ کرد کارێکی جادووی بۆ بکات هەرچەندە مێردەکەشی زۆری خۆش دەوێت خۆشەویستیەك کە هیچ ئافرەتێك ئەوەندە خۆش نەویستراوە.

لەبەر ئەوەی زاناو شارەزا بوو لەو بوارەدا بە ئافرەتەکەی ووت: تۆ داوای شتێك دەکەیت کە ئەوە سانا نیە، داوای شتێکی زۆر گەورەت کردووە .

زاناکە ووتی: ئایا تۆ ئامادەیت خەرجی ئەم کارە بدەیت ؟

ئافرەتەکە ووتی: بەڵێ

پێی ووت: ئەم کارە تەواو نابێت مەگەر موویەك لە ملی شێر ئامادەبکەیت .

ووتی : شێر ؟

ووتی: بەڵێ .

ئافرەتەکە ووتی : جا چۆن دەتوانم ئەمە بکەم، شێر ئاژەڵێکی دڕندەیە و دڵنیانیم لە کوشتنم ؟ ئایا ڕێگایەکی دیکەی ئاسانتر یان زیاتر ئاسایش نیە ؟

زاناکە ووتی : ناکرێت ئەمەت بۆ تەواو بێت کە ناتەوێت خۆشەویستی پیاوەکەت تەنها بەمەیان رازی بکەیت، ئەگەر بیرت کردەوە ڕێگایەکی دیکەی گونجاو هەیە بۆ بەدەست هێنانی ئامانجەکەت .

ئافرەتەکە ڕۆیشت لە خەیالێکی توند دابوو بیری دەکردەوە لە چۆنیەتی بە دەست هێنانی مووە داوا کراوەکە .

راوێژی بە کەسێك کرد کە بروای پێی هەبوو پێی ووت: شێر پەلامار نادات تەنها ئەگەر برسی بێت، وە پێویستە تێری بکەیت تاوەکو لە شەری دڵنیا بیت .

ئامۆژگاریەکی وەرگرت و ڕۆیشت بۆ دارستانێکی نزیك، دەستیپێکرد بە فرێدانی پارچە گۆشت بۆ شێرەکەو دووردەکەوتەوە، بەردەوام بوو لە فرێدانی گۆشت و شێریش هۆگری بوو .

لە هەموو جارێك تۆزێك لە شێرەکە نزیك دەکەوتەوە تاوای لێهات شێرە لە پشتی پاڵی دەداوە وە گومانی لەوە دانەبوو کە خۆشی دەوێت، دەستی بەسەری شێرەکە دادەهێناو وە دەستی لە پرچی وەردەداو دەستی لە ملی کرد .

بەڵام شێرەکە لەو چێژوەرگرتن و هێوربوونەوەیەدا دڵگران نەبوو ئەگەر ئافرەتەکە موویەك لە ملی شێرەکە ببات بە هێواشی .

کاتێك موویەکی شێرەکەی دەست کەوت و پەلەی کرد بۆ لای زاناکە کە وای دانابوو جادوو گەرەو مووەکەی دایێ و خۆشی دەروونی پڕکردبوو، کە ئەو دەست دەگرێ بەسەر دڵی مێردەکەی تاهەتایە .

کاتێك زاناکە مووەکەی بینی لێی پرسی : چیت کرد تاکو توانیت ئەم مووەت دەستکەوێ ؟

پیلانی کەوی کردنی شێرەکەی بۆ باسکرد، کورتی کردەوە لە زانینی چوونە ناو دڵی

شێرەکە یەکەمجار پاشان بەردەوام بوو وەئارامی گرت لەسەر ئەمە تاوەکو گەیشتە لێکردنەوەی بەرهەمەکە:

هەروەها زاناکە لێی پرسی : ئەی هاوار......مێردەکەت زیاتر دڕندە تر نیە لە شێر، چیت لەگەڵ شێرەکە کرد ئاواش لەگەڵ مێردەکەت بکە دەیکەیتە موڵکی خۆت، زانیت چۆن دەچیتە ناو دڵی، برسیەتی تێربکە کاری لێ دەکەیت .

ئەم باسە تەنها لەسەر ژن جێگیرنابێت بەڵکو لە وانەیە لەسەر پیاویش دەتوانێ کاریگەری هەبێت لەسەر دڵی خێزانی خۆی بە گەران بە دوای لایەنەکانی کەوا خۆشی دەوێت، وەئەو شێوازانەی کە چاکترن، وە هێما بکات بۆ هەست و سۆزی، ئەمەش دەبێتە بەختەوەری هاوسەرگیری، پەیوەندیەکی هاوبەش، یان بینایەك پێویستی بە هاوکاری و پەیوەندی و یەکترگرتن هەیە تاوەکو بتوانێت بەرگری رەشەباکانی ژیان بکات.

ئێستا ....

باسی سێ لە تایبەتمەندیە پۆزەتیڤەکانی هاوبەشی ژیانت بکە :

١- ....

٢- ....

٣- ....

کاتێك کێشەیەك لە نێوانتان روودەدات ئەو پۆزە تیڤانە بیر خۆت بهێنەوە پێش ئەوەی ئەنجامەکانی کێشەو گرفت بەسەرتا زاڵبێت .

قۆناغی دووەم :

باسی سێ لە تایبەتمەندیە نێگەتیڤەکان لە دەروونی خۆت بکە وە کاریگەری هەبێت لەسەر پەیوەندی خێزانی .

١- ....

٢- ....

٣- ....

ئێستا پیلانێکی قۆناغی دابنێ بۆ رزگار بوونت لەو تایبەتمەندیانە :

تایبە تمەندی نێگەتیڤ	هۆکارە بە کارهێنراوەکان لە چارەسەرکردنی	ئەوکاتەی کە پێویستیەتی	ئە نجامەکان

بــە کــورتــی

ئەوەی دەگەرێت بە دوای بەختەوەری خێزانی پێویستە لە دەروونی خۆی بە دەستی بهێنێ بە ژمارەیەك تایبەتمەندی لە وانە : بوونی دڵسۆزی : پێداگیری لەسەر گۆرینی شـێوازی ژیـان بە هەندێك هەڵوێستی رۆمانسی زیاد لەوەش بەجوان کردنـی هەنـدێك تایبەتمەنـدی ئـەرێنی کەوا خۆشەویستی نێوان ژن ومێرد بەردەوام دەکات .

هەروەها ژیانی هاوسەرگیری ململانێی ناکۆکی نیە بۆ سەلماندن لـە بـەهێزترینیان بـە لکـو بریتیە لە پەیوەندی گونجان لەگەڵ یەکتر پێویستە بۆ یەکترلە هەندێك تایبەتمەندی خۆشبن تـاوەکو رەزابوونی لایەنی دیکەی لەسەر بێت .

لێرەدا دەگەینە بەختەوەری هاوسەرگیری لەگـەڵ زانینی هـەموو ژن ومێردێـك ئەرکـەکانی بەرامبەر ئەوی دیکە، هەروەها دەستکەوتنی زۆر لە چالاکی و خەسڵەتەکان کەوا یارمەتیدەدات لەسەر ئەنجام گەیاندنی بەختەوەری بۆ لایەنەکەی دیکە، دەبێت هەریەکەیان فێربن چـۆن دەسـت بەسەر دڵی ئەویتردا دەگرێ، ئینجـا خۆشەویـستی دێتـەدی، وەدڵنـەوایی گشـتگیر دەبێـت بـۆ بەختەوەری ماڵ، بەڵکو بۆ کۆمەڵگاش .

خۆت تاقیبکەرەوە

ئەمەی خوارەوە کۆمەڵێك بەندن پێویستە هەڵسی جێبە جێیان بکەیت لەسەر خۆت ئەگەر رێککەوتی لەسەری بەتەواوی نیشانەی (بەڵێ) لە ژێر هەڵبژاردنەکە دابنێ، ئەگەر راڕا بوویت ئەوا نیشانەی (هەندێ جار) لە ژێر هەڵبژاردنەکە دابنێ، وە ئەگەر رێکنەکەوتی ئە وا نیشانەی (نەخێر) لە ژێر هەڵبژاردنەکە دابنێ .

ژ	بەش	بەڵێ	هەندێ جار	نەخێر
١	ئایا ئامانجەکەت دەزانیت لە ژیانی هاوسەریت؟			
٢	ئایا سووردەبیت لەسەر گەشە پێدانی خۆت لە رۆشنبیری هاوسەری ؟			
٣	ئایا رێز لە هاوبەشی ژیانت دەگریت ؟			
٤	ئایا مافەکانی خۆت دەزانی بەرەو رووی هاوبەشی ژیانت ؟			
٥	ئایا کۆسپ وتەگەرەکانی بەختەوەری هاوسەرگیری دەزانی ؟			
٦	ئایا هاوکاری ژیانت یارمەتیت دەدا لەسەر جێ بەجێ کردنی ئەرکەکانی ؟			
٧	ئایا ئارام دەگریت لەسەر هەڵەکانی هاوبەشی ژیانت؟			
٨	ئایا پێداگیری دەکەیت لەسەر زیادکردنی خۆشەویستی و نزیك بوونەوە لە نێوانتاندا ؟			
٩	ئایاهەست بە رازی بوون دەکەیت لە ژیانی هاوسەریت ؟			
١٠	ئایاپێداگیری لەسەر بەدەست هێنانی بەختەوەری دەکەیت بۆ هاوبەشی ژیانت ؟			

هەڵسەنگاندن

ئەگەر وەڵامەکەت بە (بەڵێ) بوو ئەوا دوو پلە بەدەست دەهێنی، ئەگەر هەڵبژاردنەکەت بە وەڵامی (هەندێ جار) بووِ ئەوا یەك پلە بەدەست دەهێنێت ئەگەر هەڵبژاردنەکەت بەوەڵامی (نەخێر) بوو ئەوا هیچ بەددست ناهێنیت .

دەکرێت خۆت هەڵسەنگێنیت وەك ئەمەی خوارەوە :

پلە	دۆخەکە
لە سفر ــ ٤ پلە	تۆ نازانیت مانای ژیانی هاوسەرگیری، وەلەگەڵ تەکنیکیاتەکانی نازیت .
لە ٥ ــ ١٠ پلە	تۆ لەسەر یەکەم رێگای ژیانی هاوسەرگیری سەرکەوتوویی، پێویستیت بە زانیاری زیاترە .
لە ١١ ــ ١٥ پلە	تۆ لەسەر رێگا دەڕۆیت، لەگەڵ ئەوەش کۆسپ وتەگەرە هەیە بە پێگەیشتنی بەختیاری هاوسەرگیری .
لە ١٦ ــ ٢٠ پلە	تۆ شایستەی ئەوەیت هەنگاو بنێیت لەسەر رێگای بەختەوەری هاوسەرگیری، وە پێویستە بەردەوام بیت، وە بیگوازیتەوە بۆ هەنگاوی داهاتوو .

بەشی حەوتەم

زاڵبوون بەسەر کێشەکانی ژیانی هاوسەرگیری

- ڕێخۆشکردن
- بنچینەکانی شیکردنەوەی کێشەکانی خێزان .
- زاڵبوون بەسەر ڤایرۆسەکانی ژیانی هاوسەری .
- تووڕە بوون دوژمنی بەختەوەری هاوسەرگیری و کوشندەیە .
- کێشەی دەست بەسەرداگرتنی یەکێك لە ژن ومێرد بۆ ڕای ئەویتر .
- کێشەی زۆربڵێی نەگونجاو لەیەکێك لە ژن ومێرد .
- کێشەی خۆبە دەستەوەنەدان لەلایەن ئافرەتەوە .
- ڕەخنەی بەردەوام .
- شێوازی وروژاندن لە یەکێك لە ژن ومێرد .
- سووك تەماشاکردن بۆ هاوبەشی ژیان .
- تێنەگەیشتن بە مافەکانی هاوبەش لە نێوان ژن ومێرد .
- شاردنەوەی نهێنیەکان .
- دەستخستن لە کاروباری تایبەتی .
- بێزاری و ڕۆتینی لە ژیانی هاەسەرگیری .
- هەستکردن بە نائومێدی لە نێوان ژن و مێرد .
- داهات و جیاوازی لە سەرف کردندا .
- کێشەی ئەنتەرنێت و هۆکارەکانی ڕاگەیاندن .
- بــە کــورتــی .
- خۆت تاقیبکەرەوە .

ڕێخۆشکردن

لەگەڵ سووربوون لەسەر بەدیهێنانی بەختەودری هاوسەرگیری هەندێك کۆسپ هەیە کەسەکە قەدەغە دەکات لە بەدیهێنانی ئەو بەختەوەریە لەسەر باشترین شێوە .

هەروەها ئەم کارە پێویستی بە دەستپێشکەری هەیە لە هەموو مرۆڤێکی ئاقڵمەند بۆ وەستان لەسەر ئەم کۆسپانە، وەزانبوون بەسەریدا بە هەموو هۆکارو ڕێگایەك:

نەزانین بە زۆری لە نەرێنیەکانە کەوا کاردەکاتە سەر ژیانی هاوسەرگیری، یان دوورخستنەوەی ژن ومێرد بۆ بەختەوەری هاوسەرگیری، بۆیە ژن ومێرد پێویستە چاکترین ڕێگا بزانن لە ڕووبەڕوو بوونەوەی کێشەکان پێش ڕوودانی.

بنچینەییەکانی شیکارکردنی کێشەکانی هاوسەرگیری

پێش ئەوەی بکەویتە ناو کێشەکانی هاوسەرگیری جارێکی تر بە بیرت دەهێننەوە کە خۆپاراستن باشترە لە چارەسەرکردن، ئەگەر کێشە بەکردار ڕوویدا بزانە کە مامەڵە کردن لەکێشەکان پێویستی بەمەشق و پسپۆری هەیە تاوەکو کێشەکان بەبێ گیروگرفت وزیان چارەسەربکرێن .

ئەمەی خوارەوە گرنگترین بنچینەییەکانن بۆ چارەسەرکردنی کێشەکانی خێزان : ـ

١- گەورە نەکردنی کێشەکان

هەندێك شێت و شەیدان و مەترسی دەخەنەوە لە گەورە کردنی کێشەکان، کاتێك کێشەیەك ڕوودەدات لەناو خێزان ئەوان گەورەی دەکەن، وە دەگۆڕێت بۆ ئاریشەیەکی گەورە لە ژیانیاندا، ناتوانن هەرسی بکەن لەگەڵ نزیك و دوور قسەدەکەن، ئیش و کاریان دەبێتە ئەم کارە، تەنها ئەو ڕێگایە لە مامەڵە کردن لە کێشەکان هەڵوێستەکان ئاڵۆزتر دەکات، وەك



ئەوە وایە بەنزین بە ئاگردا بکات .

ئێمە دەبێت زیاتر ژیرو یەکتر گرین لە کاتی ڕوودانی تەنگژەکان، پێویست ناکات گەورەی بکەین، وەهیچ حیکمەتیشی تێدانیە بە نەزانی کەمتەرخەمی بکەین، چونکە ئەوەش دەبێتە هۆی کەڵەکە بوونی دۆخەکە لە پەیوەندیە کانی خێزانی .

٢-بەکارهێنانی هۆیەکانی گفتوگۆ لە چارەسەرکردنی کیشەکان

تێگەیشتن لە نێوان ژن و مێرد ئالۆزترین کێشە دەتوێنێتەوە، وە بەکارهێنانی ئەقڵی سارد زامن کردنە بە کوژاندنەوەی خراپترین جیاوازیەکان، وە هەموو مرۆڤێکی ڕاست گفتوگۆیەکی چاك بەکاردەهێنێ، وەشێوازی هێمنانە هاوارکردن و جنێودان و دەمارگیری و وورووژاندن کەم دەکاتەوە .

٣-دیاری کردنی کاتی گفتوگۆ

بە دڵنیاییەوە هەموو کاتێك ناکرێت گونجاو بێت بۆ گفتوگۆ کردن و تێگەیشتن لە چارەسەرکردنی کێشە، وە هەموو شوێنێکیش ئامادە نیە بۆ گۆرینەوەی بیرو ڕایەکان وکردنەوەی کێشەکان، بەڵکو پێویستە لەسەر ژن و مێرد کات و شوێنێکی گونجاو هەڵبژێرن .

هیچ گونجاو نیە ژن داوای کردنەوەی گفتوگۆ بکات لە کێشە پاش هاتنەوەی مێردەکەی ڕاستەوخۆ لە ئیش و کار، کاتێك پێویستی بە پشوودان هەیە، وە هیچ حیکمەتی تێدانیە لەکاتی خەوتن گفتوگۆی لەگەڵ دابکەی یان لە کاتی ڕوودانی کارەساتێك لە یەکیکیان دا، بەڵکو پێویستە ژن ومێرد تەگبیر بکەن بۆ دانانی ڕێ و شوێنێکی گونجاوو هێمن لە جێگایەك دوور لە منداڵان، ترسان لەوەی لە کۆنترۆل دەربچێت .

٤-نەرمی و سینگ فراوانی

هەردەم لە بیرمان بێت كە گفتوگۆو تێگەیشتن تەواو دەبێت لە نێوان ژن ومێرد رووەو دوو هاوبەشی گیانی بە گیانی، نەك لە نێوان دوو دوژمن، وە دەزگای خێزانی داوا لـە ژن ومێـرد دەكات زیاتر دەست بە دڵنەرمی بكەن، بۆ یـەكتر لـە مـافی یـەكتر خۆشـبن ، وە گوێرایـەڵی خودای مەزن و دلۆڤان بكەن .

٥-تێگەیشتنی پێداویستیەكانی لایەنی دیكە

خۆپەرستی زۆرجاران كەسەكان پاڵپێوە دەنێت بۆ تاوانباركردنی خەڵكی تر، وەخۆ تـەریك كردن لە بەرپرسیارەتی،بەڵام حیكمەت لەوەدایە لایەنی تر بە ویژدان بێت.

خۆشی تاوانبار بكات، جگە لە بێتاوان كردن و پاكایەتی خۆی، وەخۆی لە شوێنێكی تـر دابنێت چونكە كێشەی خێزان زۆرجار هۆیەكـەی تـاك لایەنـە، بـەڵكو هـەموو بەشداردەبن هەرچەندە لە بنەماڵەو خانەوادەی جیاواز بن، تاوەكو نەروخێن لە دانانی سنورێك بۆ كێشەكە لە یەكەم كاردا وە پێویستە خۆمان دووره پەرێز نەكەین لە كێشەكەو لۆمەی لایەنێك نەكەین و گۆرەپانی خۆمان بێتاوان بكەین، بەڵكو پێویسـتە بـە ئازایانـە و ژیرانـە مامەڵـە لەگـەڵ خۆمان بكەین و چارەسەری بنەرەتی بۆ بدۆزینەوە .

٦-بریاردان بە گەرانەوە بۆ یاسا

هەندێ كەس تەنها سەركەوتن بۆ خۆیان دادەنێن پشت بەستن بـەوەی كـە لەكۆمـەڵگا دا واباوە لە راهێنان و داب ونەریت بە حوكمی كاریگەری میراتەكانی كۆمەڵایـەتی كـەوا مـافی ئافرەت رادەماڵێ: ژنی فلانەكەس لە هیچ شـتێك یـاخی نابێـت، چـونكە ئـەو گەورەیـە، وە ژنەكەشی هیچ شتێك بەرامبەری ناڵێت بۆچی تۆ وەكو ئەو نابیت ؟ وە كێشـەكانیش كۆتـایی پێدێت، بەڵام بریاردان بە حوكم و داب ونەریتە كۆمەڵایە تیە زۆردارەكـان و پاشكەوتووەكان كێشەی سەردەمی و وشیاری ئافرەت چارەسەرناكەن بە ماف و پێگەیشتنیان .



٧-لە خواترسان

لە سەر مرۆڤ پێویستە لەو حالەتانەدا لە خودا بترسێ، بەبیری بێتەوە کە رۆژێك دادێ خودای گەورە لێپرسینەوەی لەگەڵدا دەکات، ئەو رزگاری نابێت لە سزای خودا، ئەگەر ئەو بە درۆودەلەسە سەرکەوتنی بەسەر هاوبەشەکەی هێنا ئەوا کەس ناتوانێت لە رۆژی لێپرسینەوە سەرکەوتن بە دەست بهێنێ تەنها ئەو کەسەی خودای گەورە بۆی دەنوسێ و پشتیوانی دەبێت لە ژیانی دونیادا، وەچاکەشی دەداتەوە لە رۆژی دوایی .

خودای گەورە دەفەرموێ ﴿وَلاَ تُمْسِكُوهُنَّ ضِرَارًا لَّتَعْتَدُواْ وَمَن يَفْعَلْ ذَلِكَ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ وَلاَ تَتَّخِذُوَاْ آيَاتِ اللّهِ هُزُوًا وَاذْكُرُواْ نِعْمَتَ اللّهِ عَلَيْكُمْ وَمَا أَنزَلَ عَلَيْكُمْ مِّنَ الْكِتَابِ وَالْحِكْمَةِ يَعِظُكُم بِهِ وَاتَّقُواْ اللّهَ وَاعْلَمُواْ أَنَّ اللّهَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ﴾ البقرة: ٢٣١، واتە: (مەیانهێڵنەوە بەئێش‌و ئازارەوە بۆ ئەوەی دەست درێژی‌و ستەمیان لێبکەن، هەرکەس ئەوە بکات ئەوا ستەمی لەخۆی کردووە، نەکەن ئایەت‌و رێنموویيەکانی خوا بەگاڵتە بگرن، یادی نازو نیعمەتی خوا بکەنەوە لەسەرتان، هەروەها یادی ئەو شتانە بکەنەوە کە لەقورئاندا بۆتان رەوانەکراوە کە پڕە لەدانایی، لەکاتێکدا ئامۆژگاریتان دەکات بەوانەو هەوڵ بدەن خواناس‌و ئایین پەروەربن‌و چاکبزانن کە: بەڕاستی، خوا بە هەموو شتێك زانایە)

٨-راوێژکاری نیشانەی حیکمەتە :-

ناکرێت هیچ کەسێك داوابکات کەوا دەتوانێ گرنگی بە هەموو شتێك بدات، وەئەو بە توانایە لەسەر چارەسەرکردنی گشت کێشەکان زۆرجاران مرۆڤ بە نەزانی ئە چێتە ناو کارەکانن وە هەندێك وا لێك دەدەنەوە لەکەمی شارەزاییە لە مامەڵە کردن لە گەڵ کێشەکان .

لەگەڵ هەموو ئەمانەدا واچاکە ژن و مێرد پەنابەنە بەر سوود وەرگرتن لە راوێژکردن بە خزمان و پسپۆر لەو بوارەدا، یان خاوەن شارەزا ئەوانەی دەست پاکن، وە پێویستە قەدەبکرێت

لە فراوان بوونی کێشەکە و دەستخستنە ناو کێشەکە لەلایەن هەر کەسێك.

زاڵبوون بەسەر ڤایرۆسەکانی ژیانی هاوسەرگیری

لە ژیانی هاوسەریدا ژمارەیەك ڤایرۆس هەیە،، داوا دەکرێت لە ژن ومێرد سووربن لەسەر بە کارهێنانی بەرنامەی دژە ڤایرۆس بە بەردەوامی لەگەڵ پێداگیری لەسەر نوێبوونەوەی وەبەکارهێنانی هۆکاری نوێ لە چارەسەرکردنی ئەگەر بینرا، ئەمەی خوارەوە گرنگترین ڤایرۆسەکانی ژیانی خێزانە، وەچۆن دەبێت خۆت بپارێزی و چارەسەری بکەی : ـ

ڤایرۆسی یەکەم: پەرۆشی

پەرۆشی لە هەست جوڵاوەکانە کەوا لە نێوان ژن و مێرد روودەدات، هەندێ جار وەکو سوتەمەنی بۆ خۆشەویستی بە سودە، بەڵام لە زۆربەی جاران دەبێتە بۆمبایەکی تەوقیت کراولە دروست کردنی بە ختیاری خیزان، بەمانای لە وانەیە ژیان لە داهاتوودابگۆرێت بۆ دۆزەخ .

هۆیەکانی پەرۆشی :ـ

١-ئارەزووی دەست بەسەرداگرتنی لایەنی دیکە و لەگەڵ رێزنەگرتن لە هەست ونەستی.

٢-گومان کردن بە هاوبەشی دیکە یان لە یەکێك لە هەڵسو کەوتەکانی .

٣-نەبوونی راشکاوی لە نێوان ژن ومێرد .

٤-لووت بەرزی یەکێك لە هاوبەشەکان رەوشتەکانی خراپ بێ بۆ ئەویتر یان وروژاندنی گومان لە لایەنەکەی دیکە .

-ئامۆژگاریەکان بۆ خۆپاراستن و چارەسەری : ـ



١-ڕێزی سەربەستی و تایبەتمەندی هاوبەشەکەت بگرە تاوەکو ڕێز لە تایبەتمەندیەکانت بگرێت .

٢-ڕاشکاوی تەواو، وەگفتوگۆی هێمنانەو بابەتیانە دوور لەخۆپەرستی .

٣-دوورکەوتنەوە لە تێکەڵبوون بە پێی توانا، بەتایبەتی لە توانای کەسێکدا بێت، چونکە دەبێتە هۆی کردنەوەی دەرگای پەرۆشی .

ڤایرۆسی دووەم: درۆکردن

درۆکردن لە کێشەکانی رەوشتە هەندێ جار دەگاتە نەخۆشی یان وەکو دەڵێن نەخۆشی درۆکردن، وەنەخۆشیش لە دەلیلی براوەیە لەسەر لاوازی کەسایەتی، یان دەبێتە دووبەرەکی و ئاژاوە، ئەگەر درۆ ڕوویدا لە ژیانی هاوسەریدا ئەمە نیشانەیەکی ترسناکە بۆ سەرەتایی نەمانی بروا، یان ترس لە ئەویتر، یان هەست نەکردن بە ئاسایش وسەلامەتی، هەموو ئەو نیشانانە تەنها هێمایەکن لەسەر ونبوونی ڕێگای دروست بۆ بەختەوەری .

ـ هۆیەکانی درۆکردن :

١-ترسان لە سزا یان سەرزەنشت کردن، یان دەرکەوتنی بە ڕووخسارێکی خراپ .

٢-کەمتەرخەمی لە جێبەجێ کردنی کارەکان یان ئەرکەکان، بۆیە پەنادەباتە بەر لایەنێکی تر بۆ جێگرتنەوەی کەم وکوریەکە بە درۆکردن .

٣-هەڵاتن و ڕووبەڕوو نەبوونەوە لەکاتی هەڵەو کەم وکورتی .

-ئامۆژگاریەکان بۆ خۆپاراستن و چارەسەری :-

١-فەرامۆشکردنی هەڵە سادەکان بۆ هەردوو هاوبەشەکە، تاوەکو لایەنێك پەنانەبات بۆ درۆکردن لەسەر لایەنەکەی تر .

- هۆیەکانی توندوتیژی :-

١-سەرکێشی و نارەزایی دەربرین و دەمەقاڵێ ی وورووژاندن لە نێوان هەردوولا، وە لایەنێك خۆی گەورەتر دەکات بەسەر لایەنەکەی تردا وەتوندوتیژی بەرپادەکات دژی ئەویتر .

٢-لاوازی هاوبەشەکەی ترو چەلەنگ نەبوونی، وادەکات لایەنەکەی تر توندوتیژی بەکاربهێنێ دژی لاوازەکە .

٣-نەبوونی گفتوگۆ لە نێوان هەردوولادا، یان وونبوونی رێز لە یەکترینان لە نێوانیاندا، لەگەڵ هەرجیاوازیەکی سادە سەرەتایەکە بۆ ئەنجامدانی توندوتیژی .

- ئامۆژگاریەکان بۆ خۆپاراستن و چارەسەری :-

١-هەردوولا سەبرو ئارام بگرن، کۆڵنەدان ولێبووردەیی تاوەکو گفتوگۆیەکە دەگاتە قەناعەت لە نێوانیاندا .

٢-بڵاوکردنەوەی سۆزو دڵنەوایی لە نێوان هەردوولادابەتایبەتی بەهێز بەسەر لاوازدا، وەلە پەیوەندی هاوسەریدا تێربوون دەبێت دلارامی و دڵنەوایی دەست دەکەوێت و توندوتیژیش دووردەکەوێتەوە .

٣-راستگۆیی وراشکاوی لە هەموو بارەکاندا، تاوەکو هەڵوێستە ساردەکان کەڵەکە نەبن لەسەریەك، چونکە تێشکان و بارکەوتن دەبێتە سەرەتای توندوتیژی .

ڤایرۆسی چوارەم : خۆ تێخستنی هەڵە لەلایەن خزمانەوە :-

ژیانی هاوسەرگیری باش و بەختەوەرو لانەیەکی هێمن دەبێت کاتێك پیاو دەستی خزمانی هەڵگرت لە ناو کاروباری رۆژانەیدا، وە کاتێك بەلەمەکە بەیەك سەرکردە دەروات، پێداگیری دەکات لەسەر وەرگرتنی بریاربە راوێژو دادپەروەری، بۆیە پێویست بە یارمەتیدەر ناکات لە بەرێوەبردنی بەلەمی ژیانی هاوسەرگیری بەیەکێك هەتا ئەگەر نزیکترین خزمیش بێت ئەگەر

٢-زانینی ئەرکەکان وبەرپرسیارەتیەکان بۆ هەردوولا وەجێ بە جێ کردنیان بە پێی توانا.

٣-لەکاتی روودانی هەڵە سادەکان ئازایانە دانی پیابنێن، وەداوای بەخشین بکەین راستگۆیانە بین جارێکی تر نەگەرێینەوە سەر ئەم هەڵانە .

ڤایرۆسی سێیەم : توندوتیژی

بەختەوەری خێزان پێویستە بۆ دڵسۆزی و بەزەیی پیاهاتنەوە لە نێوان ژن ومێرد.

پێویستی بە سۆزو لێبوردەیی هەیە، بەڵام ئەگەر ئەو پەیوەندیە چووە ناو دڵرەقی و توندوتیژی، بزانە وەك دارستانێك وایە بەهێز لاواز دەخوات، توندوتیژیش دادەنرێت بە رووخاندنی بەختەوەری خێزان، چونکە ماوەی نێوان پەیوەندی ژن ومێرد زیاد دەکات، وەلە نێوانیان دیوارێك دروست دەکات لە ترس دەیگەیەنێتە رق لێبوونەوە .

جێگای سەرسورمانە پیاو توندوتیژی دژی ژنەکەی بەرپادەکات لە رۆژدا، وەبەشەویش داوای لێدەکات وەڵامی بداتەوە بۆ پەیوەندی تایبەتی، جێی سەرسورمانە ئەو توندوتیژیەی ئێستا پیاو دژی ژن دەیکات پێچەوانە بۆتەوە، ئەمە تەنها بەرگوێ کەوتن نیە، کاتێك گوێت لێدەبێت کێشەی جیاواز ئەوەیە ژنەکە توندوتیژی دژی مێردەکەی بەرپادەکات، ئایا ماڵەکە چۆن دەبێت وەچۆن پاپۆری ژیان دەروات و تێدەپەرێ بە ئەندامانی خێزان بۆ چاکەو ئاسایش لەناوەراستی ئەو شەپۆلە بەرزانە لە,توندوتیژی وە توندوتیژی دژ بەیەك ؟

هەروەها ئەگەر توندوتیژی لە دەرگادا چووە ناو ئەندامانی خێزان ئەوا بەختەوەری لە پەنجەرەدا دەچێتە دەرەوە، خۆشەویستی لە هەموو شوێنێك رادەکات، وەماڵەکە دەبێتە بازنەی ململانێ بەهێز سەردەکەویت بەسەر لاوازدا .

پێویستیت بوو دەبێ یارمەتی لە خاوەن شارەزاو تایبەتمەند وەرگرین بە راوێژکردن و هاوکاری ئەگەر خزمیش بوو ئەوا باشترە، بەلاّم زۆر لە کێشەکانی خێزان دەستێوەردانێکی زۆرو هەڵەهەیە وەکەم ئەزموونیش کێشەکان زیاد دەکات ودەبێتە سەرەتای راستی بۆ هەلاّتنی بەختەوەری ماڵ .

وە دەگۆرێت بە شەڕو جیاوازی پاشان بازنەکە فراوانتر دەبێت لە چوارچێوەی کۆنترۆڵ دەردەچێت پاشان ماڵەکە وێران دەکات لە سەر ئەو کەسەی کە تیایەتی .

ـ هۆیەکانی دەست تێخستنی هەڵە لەلایەن خزمەوە :ـ

١-دەرچوونی کێشەکانی تایبەتی بۆ دەرەوەی ماڵ بەهۆکار یان بەبێ هۆ .

٢- سەردانی زۆرکردنی خزمان و دەرچوون لەگەڵیاندا لەسەر درێژە پێدانی تایبەتی بەبێ بیانوو .

٣- هەستکردنی هەردوولا بە بێ هێزی وە نەبوونی توانا لەسەر چارەسەرکردنی کێشەکان.

ئامۆژگاریەکان بۆ خۆپاراستن و چارەسەری :ـ

١- پارێزگاریکردن لەسەر نهێنی و تایبەتمەندی پەیوەندی خێزان، کە دەبێتە سنوری ماڵ .

٢- مامناوەندی لە سەردانکردن، دەستێوەرنەدانی خزمان لە کێشەکانیان یان دووزمانەکان لە ئاشکراکردنی هەواڵەکان یان رووداوەکان .

٣- نەبوونی دەقەکان بۆ ئەوانەی ئامۆژگاری دەکەن بێ ئەزموون وزانیاری و پسپۆری رابردوو ئەمەش دەبێتە رووداني زۆر کێشە لە مالانی کراوە بە رووی کەسەکان .

ڤایرۆسی پێنجەم : خۆپەرستی :-

ژیانی هاوسەرگیری دروست کراوە لەسەر هاوکاری و خۆشەویستی و بەزەیی، هەموو ئەو کارانە پێویستی بە ئەرکی بابەتیانە هەیە و دوور لە خۆپەرستی لە هەموو کاتەکان، بەڵام ئەگەر خۆپەرست چووە ناو یەکێك لە لایەنەکان سروشتی یە لەسەر حیسابی لایەنەکەی دیکە.

پاشان دەبێتە شەڕو ئاژاوە کەوا بەختەوەری خێزان لە ژیانیان ڕەشدەکاتەوە .

هۆیەکانی خۆپەرستی :-

١- خۆشەویستی خود وەپەیوەندیەکان بە تێرکردنی نەفسی خۆی بەبێ ڕەچاوکردنی پێداویستی کەسانی تر .

٢- هەست نەکردن بە بەرپرسیارەتی، وە وازهێنان لە بەرپرسیارەتی خێزانی بە بیانووی ئەوەی دەیەوێت پشووبدات، هەتا ئەگەر لەسەر حیسابی هاوبەشی ژیانیشی بێت .

٣- سەیرکردنی هەڵە بۆ بەختەوەری لەسەر ئەوەی لە کاتێکی دیکەدا ئەوەی بیەوێ دەیکات.

ئامۆژگاریەکان بۆ خۆپاراستن وچارە سەری :-

١- ڕێزگرتنی پێداویستی و ئارەزووەکانی لایەنی دیکە وەك چۆن پێداگیری لەسەر ئارەزووەکانم دەکەم .

٢- هاوکاری کردن لە نێوان هەردوولادا لە خۆشی و ناخۆشیەکان .

٣- زانینی تێگەیشتنی بەختەوەری ڕاستەقینە، وەبەختەوەریش تەنیا تێرکردنی ئارە زووەکان نیە لەسەر حیسابی خەڵکی تر، بەڵام بەختەوەری بریتی یە لە ڕازی بوون بە قەزاو قەدەری خودای گەورەو میهرەبان وە بژیت بە کۆمەڵ نەك بە خۆپەرستی .

ڤایرۆسی شەشەم : رژدی یان رەزیلی

ژیانی هاوسەرگیری بەخشینێکی دوولایەنە، لایەنی تر هەرچی هەبێت دەیدات وە دەیبەخشێتە لایەنی دیکە، بە ئامانجی تێرکردنی ئەویتر، وەلە روکنەکانی بەختەوەری هاوسەرگیری پێویستە سەبروئارامیان هەبێت لەسەر لایەنی دیکە لە کاتی لاوازی بۆ تێرکردنی لایەنەکەی تر، یان بەشێك لەسەرەکیەکان یان جوان کاریەکان کە توانای لەسەر نیە.

بەڵام کێشەی راستەقینە ئەوەیەکاتێك یەکێك لەلایەنەکان هەست دەکات ئەوەی ترئەوەی پێویستیەتی دابینی کردووە، لەهەمان کاتدا ئەوەی تر بەخیلی پێ دەباتن وە هاوبەشی ژیانی هەست دەکات بە خێلی پێبردووە، پاشان کێشەکان دەست پێدەکاتن دەبێتە هۆیەکی راستە قینە بۆ دەرچوونی بەختەوەری و جێگیرنەبوونی لە ماڵ .

هۆیەکانی رەزیلی :-

١- ترسان لە ئازووقەو خەرج نەکردن .

٢- نەریتی بۆ ماوەو میرات یان لاسایی کردنەوە .

٣- خۆشەویستی پارە کۆکردنەوەو رق لێبوونەوە لە پارە خەرج کردن .

- ئامۆژگاریەکان بۆ خۆپاراستن و چارەسەری :-

١- ژن ومێرد بەبیریان بێتەوەو دڵنیابن کە ئازوقە بەدەستی خودای گەورەو دلۆڤانە وە کۆگاکانی کۆتایی نایێت .

٢- دەبێ جیاوازی هەبێت لە نێوان دەست بڵاوی و خەرج کردن، تاوەکو کەس لە رەزیلی رانەکات لەژێر ناوی هەلاتن لە خەسڵەتی دەست بڵاوی .

٣- دەبێ بزانرێت کەوا رەزیلی لە هۆکارەکانی خەم وخەفەت وهیلاکیە، بە تایبەتی ئەگەر بەخێوکەری ماڵ توانای هەبێت لەسەر خەرج کردن، هەروەها بەختەوەریش ئەوەیە پارە موڵکی من بێت نەك من موڵکی پارە بم .



ڤایرۆسی حەوتەم : بێزاری :-

ژیان بە خەسڵەتێکی گشتی پێویستی بە نوێبوونەوەو گۆڕانە لە ڕێبازو شێوازی ژیان، هەتا ئەگەر هەمووشیان هەر رابواردن بوویێت، وە ژیانی هاوسەرگیری هەندێ جار دەبێتە ئەرکێکی جێگیر، ئەمەش دەبێتە جۆرێك لە بێزاری، بۆ ئەوەی ژن ومێرد زاڵ بن بەسەر ئەو گرفتە پێویستە سووربن لەسەر نوێبوونەوە، وە داهێنانی هۆکارەکان و شێوازە نوێیەکان ژیانی هاوسەرگیری لە ڕێگایەکی تەسك و بێزاری دەباتە ڕێگایەکی بەختەوەری .

هۆیەکانی بێزاری :-

١- ڕۆتینەکانی ژیانی ڕۆژانە بە بێ نوێبوونەوە .
٢- هەژاری بۆ هۆکارەکان و چالاکی نوێ لە کاروباری ڕۆژانەدا .
٣- کاتی بۆشایی زۆر، وە نەبوونی ئیش وکارێك بۆ خۆ خەریك کردن .

- ئامۆژگاریەکان بۆ خۆ پاراستن و چارەسەری :-

١- کۆشش کردن بۆ نوێبوونەوە هەتا لە ساکارترین کاروباری خێزانی .
٢- پێداگیری لەسەر گۆرانکاری لە بەرنامەی ڕۆژانە، وە داکەناندنی جل وبەرگی نموونەیی سوود دەگەیەنێت بە کۆتایی هێنان لە ساتەکانی بێزاری .
٣- بەسەربردنی کاتی بەتاڵی بە شتە بە سوودەکان و بیری نوێ، لەوانەیە ژن ومێرد لەسەری کۆکبن یان هەموو ئەندامانی خێزان .

ڤایرۆسی هەشتەم : تەمەڵی

ژیانی هاوسەرگیری بەئەرك وبەرپرسیارەتی دادەنرێت، جیاکاری نێوان کەسێك و کەسێکی

تر لە ژیان بەشێوەیەکی گشتی یەکێکیان هەموو ئەرکەکانی ژیان ڕێك دەخات.

وەشتە سەرەتاییەکان دیاری دەکات وە بەرنامەیەکی کارا دادەنێت بۆ جێ بە جێ کردن و چاودێری، هەندێکی تر کەمتەرخەمی دەکات بۆ دواخستن و تەمەڵی و لەش قورسی، ئینجا هەموو ئەرکەکانی بەسەر دا کەڵەکە دەبێت .

لەماڵەوە هەست بە نەبوونی پێداویستی و هەست کردن بە سستی دەکات، پاشان زۆر کێشەی خێزانی بۆ دروست دەبێت .

هۆیەکانی تەمبەڵی :ـ

١- تەمبەڵی بە هۆی سەرچاوەی خودی کەسەکە کەلەسەری پەروەردە بوو ڕوودەدات یان لەسەری ڕاهاتووە، وەدەبێتە چاوگی ئەوکەسایەتیە یان ئاراستەیە بەو ڕەوشتە .

٢- تەمبەڵی بە هۆی پشت بەستن لەسەر کەسێکی دیکە ڕوودەدات، یان گواستنەوەی کارەکان لە یەکێك لە ژن ومێرد لەسەر یەکێکی تر، یان پاشەکشە کردن لە ئەرك کە لە ئەستۆی ئەوە بەبیانووی کەسێکی تر هەڵدەستێ بەم کارە .

ئامۆژگاریەکان بۆ خۆپاراستن و چارەسەری :ـ

١- ڕێکخستنی ژیانی ڕۆژانە، وە دانانی پیلان ئامانجەکانی بە ڕوونی تێدابێت، وە ڕێك خستنی کات و دیاری کردنی سەرەتایەکان، ژیان چالاك و ڕێك دەخات و بەرگری لە تەمبەڵی و لەش قورسی دەکات .

٢- باوەر بە خۆبوون بە پێی توانا بە جێنە هێشتنی ئەرکە تایبەتیەکان بۆ کەسێکی تر، چونکە ئەو کارە تەمبەڵی دەکوژێ .

٣- هەست کردن بە بەرپرسیارەتی ڕووەو کارەکان، لێپرسینەوەی بەردەوام لەسەر کەمتەرخەمی و پشت گوێ خستن یان تەمبەڵی .



ڤایروسی نۆیەم: تووڕەیی

تووڕەیی لە زۆرترین کارە ساتەکانە بە شێوەیەکی گشتی ماڵ کاول دەکات، وە ژیانی هاوسەریش بەشێوەیەکی تایبەتی، چونکە سەرەتای هەموو هەڵەکانە، هەرچی کاردانەوەیە ناتوانی حوکم بکات تەنها بە هێزیی نەبێت، بە هێزیش زۆرانبازی نیە بە لکو بە هێزی ئەو کەسەیە تووڕەیی لە دەروونداا بێت، ئەگەر ژن ومێرد زاڵ نەبن بەسەر ئەو تووڕەیی یەی لە نێوانتاندا هەیە ئەوا شەرو ناکۆکی زۆر بەرپا دەبێت .

هۆکارەکانی تووڕەیی :-

١- تووڕەیی بە هۆی کێشەیەك لە کاردا روودەدات کە پیاوەکە ئازاری پێوە بچێژێ یان شتی تر لە کێشەکان .

٢- تووڕەیی بە هۆی تەنگژەی دارایی یان نەفسی روودەدات کە تووشی پیاوەکە دەبێت.

٣- یان بریتی یە لە حالەتێکی رادەبەدەر توشی هەندێك ئافرەت دەبێت بە هۆی هەستکردن بە پاڵە پەستۆ، یان زیاد بار قورسی ئەرکەکان .

٤- تووڕەیی بەهۆی مامەڵەکردنی یەکێك لە ژن ومێردەکە بە خراپی لەگەڵ لایەنەکەی تر دەبێت روودەدات .

ئامۆژگاریەکان بۆ خۆپاراستن و چارەسەری :-

١- پیاوەکە خۆی رابێنیٚ لەسەر پشت گویٚ خستنی کارە قورسەکان و کێشەکانی پێش چوونەوە ماڵ .

٢- هەوڵبدات بە قوتدانی تووڕەیی کەسانی تر لە کاتێکدا دەگاتە لوتکە تاوەکو پێکدادان روونەدات .

٣- رێـز گـرتن لــە هەڵوێـسـت و رووداوەکــان بــە پێــی توانـا دەبــێ بزانیـت تــوورەیی کێشەچارەسەرناکات بەڵکو ئاڵۆزتری دەکات .

٤- پێویستە ژن ومێرد فێری شارەزایی بـن بـۆ ئـەوەی رزگــاربن لــە تــوورەیی وە راهێنان بکەن لەسەری .

ئاگادارکردنەوەیەکی گرنگ :

توورەیی دوژمــنی بەختــەوەری یــە و کوشــندەیە . تــوورەیی لــە لای پیـاو سـەرەتای دا رووخانی بە ختــەوەری هاوســەرگیریە، هــەروەها تــوورەیی ئەگــەر روویــدا زۆر لــە کێشــەکان روودەدەن، وە توورەیی لە لای مێرد هەردەم لەگەڵ توونـدو تیژی و تۆقاندنــە، پاشـان نـاکۆکی دەکەوێتە ناو پەیوەندی خێزان و ژیانی خێزانی .

ئەمەی خوارەوە گرنگترین ئامۆژگارین بۆ ئـافرەت لــە چۆنیەتی حـالی بـوونی کێشـەی توورەیی لەلایەن مێردەوە : ـ

١- کاتێك دەبینی مێردەکەت توورەیە هەوڵبدە تووره بوونەکەی قووتبدەی و پێشوازی لێمەکە بە سکاڵاکردن لە منداڵەکان و خەمی ماڵەوە، یان شـتێك بکـەی توورەبییەکـەی گلپەبکات یان زیاد بکات .

٢- کاتێك لە کارەکەت هەڵەیەك دەبێت بە جوانترین ناو مێردەکەت بـانگ بکـە وە داوای لێبووردنی لێبکە وە هۆی دواکەوتن لەگەڵ کاریگەری توونـد نەك بەبێ گرنگی دان و بێ مویالاتی .

٣- ئەگەر گفت وگۆت لەگەڵ دابکات و تووره بێت، نەکەی قسەکەی ببریـت وە بەهەنـدێك ووشــەی ناسـك وەك: (دەزانم تــۆ شــەکەت و مانــدوویت.....خــۆت مانــدوو مەکــە) بەکاربهێنە ئەم جۆرە ووشانە یارمەتیدەرە لەسەر سووککردنی تووره بوونەکە .

٤- لەکاتی تووڕەبووندا مەی وورووژێنە، و بێزاری مەکە بەوشەو دەربڕینێك وا بزانێ گاڵتەکردنە بە کەسایەتییەکەی.

٥- مەخەوە ئەگەر بزانیت لێت تووڕەیە، هەوڵبدە لە خۆتی ڕازی بکەیت ، و هەوڵ بدە لەگەڵیدا داوای ڕەزابوون بکات .

چەند ئامۆژگاریەك لە ڕازی کردنی مێرد پاش نیگەرانبوونی :-

ڕێگای یەکەم :-

بلیتێك و قەڵەمێکی سوورو دەزوویەك و دەمبووسێك ئامادە بکە، لەسەر هەر کاغەزێك بنوسە: بە سووری بنوسە خۆشم دەوێی وە بلیتەکان بە دەزووەکە ببەستەوە با دەزووەکە لە دەرگای باڵە خانەکە درێژبێتەوە بۆ ژووری نوستن ئامادە بەبۆ هاتنەوەی با کارەکە کت وپڕ بێ لەکاتی هاتنەوەی مێردەکەت .

ڕێگای دووەم :-

کاتێك ڕووناکی ژووری نوستن دەکوژێننەوە کاتێك مێردەکەت سەری خۆی دادەنێ لەسەر سەرینی، لێی نزیك بەوەو دەستی بەسەری دابهێنەو بڵێ : لێم ڕازی بە .

ڕێگای سێیەم :-

بەتەلەفۆنی گەرۆك نامەیەکی پۆزش بۆ مێردەکەت بنێرە داوای لێبووردنی لێبکە .

ئەو کێشانەی تەگەرە دەخاتە بەردەم بەختەوەری هاوسەرگیری :

ئەگەر ژن ومێرد نەیانتوانی کێشەکانی هاوسەرگیری بپارێزن، یان خۆیان بپارێزن لە ڤایرۆسەکانی بەختەوەری هاوسەرگیری ئەوا زۆر کۆسپ وتەگەرە دێنە پێش بە ختیاری هاوسەرگیری، لەم کۆسپ وتەگەرانەش ئەمانەی خوارەوەن :-

کێشەی دەست بەسەرداگرتنی یەکێك لە ژن ومێردە بۆ ڕای ئەوی دیکە:

ئەو کۆسپە کاتێ ڕوودەدات کە هەندێ پیاو وا دەڕواننە ژنەکانیان وەك ئەوەی کە بەندەیە یان خزمەتکارێکە هیچ کێش و حیسابێکی بۆ ناکات، دەبێتە شلەژانی دۆخەکەو دەرکەوتنی باری ململانێ، بۆیە ژن ومێردەکە پێویستە بە شێوازێکی باش کێشەی خۆیان چارەسەر بکەن، بە گوێرەی بایەخ پێدانی سۆزو بیرو شێواز یان گرنگی بدەنە ژیانیان، ئەم لایەنە زیاتر تایبەتە بە پیاوان پێویستە ڕێز لە ژنەکەی بنێت و دڵنیابێت لە بریندار کردنی کەرامەتی، چونکە ئافرەتی بریندار هەست بە سووکی دەکات، وەناتوانرێت منداڵی چاك پەروەردە بکرێت، وەنەوەکانیش تووشی هەڵەی زۆردەبن .

بۆ ئەوەی هەردوولا زاڵبن بەسەر ئەو کێشەیە دەبێت پەنابەرنە بەر ئەمانەی خوارەوە :-

١- دەبێت هەرلایەك وا تەماشای ئەویتر بکات کە پەرداخەکە نیوەی پڕە، وا تەماشا نەکات پەرداخەکە نیوەی بە تاڵە، بە مانای یەکەم جار با تەماشای شتە باشەکانی بکات، پاشان با تەماشای شتە خراپەکانی بکات بە ئامانجی ئاراستە کردنی نەرم وسووکی نەك بە ئامانجی بە بیر هێنانەوە بە کەم و کوری و ناتەواویەکەی .

٢- با هیچ کامێکیان پەنانەبەنە بەر گەورەیی لەسەر ئەوی دیکە، باباش بزانێت خودای گەورە ئەوەی داویەتە هەر مرۆڤێك بۆ خزمەتکردنی ئەوی دیکەیە، بەڵام زۆر ئادەمیزاد هەن خۆیان ئاشکرا ناکەن، هەوڵیش نادەن ئەمە بزانن .

٣- ڕێزی ڕای لایەنی دیکە بگرە ئەگەر سادەش بێت دەتوانێت بەم ئاراستەیە ئەم هێمایە بەکاربهێنێت: بە لێ ئەوەی گوتت ڕاستە .....بەڵام دەبێت ئەمەی بۆ زیاد بکەم.

٤- ژیانی هاوکاری هاوبەشیە نابێت هەوڵبدەم چاکەو مینەت بەسەر لایەنی دیکەدا بکەم بەوەی خوای گەورە پێی بەخشیوم، وە قەدەغەی بکەم لەسەر خەڵکی تر .

کێشەی قسەکردنی نەشیاو لە یەکێك لە ژن و مێرد:-

بەروبوومی زمان لە هۆکارە گرنگەکانە لە بەدەست هێنانی گەیشتن بەیەك یان روودانی کێشەو گیرو گرفت، قسە کردنیش هۆکارێکە بۆ دروست کردنی بەختەوەری هاوسەرگیری، وە دەشبێتە سەرەتایەك بۆ تێکدانی ژیان بە شێوەیەکی گشتی .

لەو کێشانەی روودەدات لەکاتی قسەکردنی هەڵە یەکێك سوکایەتی بە وی دیکەبکات .

زۆر نەشیاوە ژن ومێرد بەو شێوازە فەرمیانە یان شێوازی سەرۆك و خزمەتکار قسە لەگەڵ یەکتردا بکەن، بەڵام پێویستە ئەگەر هەر هیچیش نەبێت دەبێت وریابن لە کاتی قسەکردن، چونکە خلیسکانی زمان دەبێتە هۆی تەگەرەیی و بێ هیوایی .

وە دەبێت لە کاتی ئاخافتن و لێکدانەوە جۆرێك لەسەر بەخۆیی هەبێت، تاوەکو هیچ لایەك هەست بە دەورە گیران و دوو دڵی نەکات .

کێشەی یاخی بوون لەلای ئافرەت :-

یاخی بوون چی یە ؟

یاخی بوون بریتی یە لە وەستان لەسەر بەرزایی، ئەوەش جێگایەکی زۆر بەرزە لەسەر زەوی ، ئەمەش وێنەیەکە پەیوەندی بە هەست ونەستە بۆ لێکدانەوە لە باری دەروونی، کەسی یاخی بوو خۆی دەردەخات و گەورەیی پیشان دەدا بە سەر پێچی و یاخی بوون .

هۆیەکانی یاخی بوون :-

١- رەنگە یاخی بوونەکە نەریت و میرات بێت .

٢- یان خراپ تێگەیشتن بێت بۆ یاساکانی شەرع کە دەسەڵاتدارە بۆ پەیوەندیەکانی

هاوسەرگیری .

٣- یان ئەنجامی دڵەراوکێ ی شەیتانەکانی ئینس و جنۆکەیە .

٤- یان لێکدانەوە لە بێزاری بەوەی پیاوەکەی خراپ ئەرکەکانی خۆی جێبەجێ دەکات. یان وا گومان دەبات پیاوەکەی زۆرداری دەکات لەبەکارهێنانی کارێك کەلەژێر دەسەڵاتی ئەودابێت .

خودای گەورەو میهرەبان دەفەرموێت :﴿ فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ﴾ النساء :٣٤. واتە: (ئافرەتانی ژیرو دیندارو گونجاو هەمیشە گوێرایەڵی مێردەکانیانن، نهێنی نێوان خۆیان مێردەکانیان دەپارێزن (بەتایبەتی ئەونهێنیانەی خوا دەیەوێت پارێزراو بن) بەهۆی ئەوەی کە خوا مافەکانی ئەوانی پاراستووە).

لەسروشتی ئافرەتی ئیمانداروچاکە خواز وە لەو خەسڵەتەی کە هەیەتی بە حوکمی بیرو باوەرو راستێتی و ویژدانی دەبێتە ئافرەتێکی خواپەرست و گوێرایەڵ .

ئافرەتی خواپەرست : ـ ملکەچی لێرەدا لە ویستن و رووتێکردن و ئارە زو و خۆشەویستی پێکدێت نەك لە ناچارکردن و زۆری لێکردن، وە لەدواییدا دەفەرموێت: ﴿قانتات﴾ نافەرموێت: طائعات : چونکە مەبەستی ئاخاوتنی یەکەم پەرۆشی یە .

بەڵام ئافرەتە چاکە نەخوازەکان یاخیبووەکانن(هەرکەسێك بووەستێ لەسەر بەرزایی ئەوە شوێنی زۆر بڵندە لەسەر زەوی) بریتیە لە وێنەکی پەیوەندیدار بۆ لێکدانەوە لە باری دەروونی وەکەسی یاخیبوو خۆی دەردەخات و گەورەیی پیشاندەدات بەسەر پێچی و یاخیبوون .

وە پەیرەوی ئیسلام چاوەڕێ ناکات تاوەکو بە کردار دەکەوێتە ناو یاخی بوون، بەیداخیی یاخی بوون ئاشکرادەکات، گرنگی مەترسی سەرپەرشتیار نامێنێت .

دەزگاکە دەبێتە دوو سەربازگە، هەردەبێت چارەسەری بیرو باوەرەکانی یاخیبوون بکرێتن پێش ئاڵۆزبوونی گیروگرفت، چونکە ئەمە سەردەکێشێ بۆ گەندەڵی دڵنیایی، جێگیربوونو پەروەردە کردن سەرناگرێت. ئەمەش دەبێتە هۆی سەر ئێشەو رووخان و تێکدانی هەموو



دەزگاکە .

ئەوەی خودای گەورە شەرعی داناوە لە مافەکانی بۆ ئافرەت هەڵقولاوە لە خەسڵەتەکانی مرۆڤایەتی، وەلە پارێزراوەکانی ئافرەتی موسڵمان بە کەسایەتیە شارستانیەکەی و بە تەواوی مافەکانی .

زیاد لەوەش سەرپەرشتیاری پیاو لەسەری مافەکەی وونناکات لە هەڵبژاردنی هاوبەشی ژیانی، وە دەسەڵاتی هەبێت لە فەرمانەکانی خۆی وە دەسەڵاتی هەبێت لە پارەو سامانی، هەتا دوایین بنەما بەرزەکان لە پەیرەوی ئیسلامدا .

ئەمە شەرێك نیە لە نێوان پیاوو ئافرەت، پیاوێك بە تاوانی یاخیبوونی ئافرەت سەری ئافرەت پانکاتەوەو رایبکێشێ بە زنجیر وەك سەگی پەت لەملکراو، ئەمە هیچ کاتێك لە پەیرەوی ئیسلامدا نیە، بەڵکو ئەمە داب ونەریتێکی شوێنەواریە لە هەندێ شوێن و کاتدا .

بەڵام کاتێك ئیسلام دێت فەرمانەکە زۆر جیاوازی هەیە لە شێوەو وێنەدا ، وەلە ئامانج و مەبەست: ﴿وَاللاَّتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلاَ تَبْغُواْ عَلَيْهِنَّ سَبِيلاً إِنَّ اللّهَ كَانَ عَلِيًّا كَبِيرًا﴾ النساء: ٣٤. واتە: (ئەو ئافرەتانەش لەئێوە دەترسن سەرکەشیو سەرپێچی بکەن سەرەتا ئامۆژگاریان بکەن، (ئەگەر سوودی نەبوو) ئەوا لەناو جێدا پشتیان تێبکەن (ئەگەر ئەوەش سوودی نەبوو) لێیان بدەن (بەمەرجێك لێدانەکە لەدەمو چاونەبێتو ئاسەوار بەجێ نەهێڵێت)، ئەگەر بەم هۆیانە لەلادانو یاخی بوون وازیان هێنا، ئەوا ئیتر ستەمیان لێمەکەنو رێگەی تر مەگرنە بەر (بۆئازاردانیان) بێگومان خوا بەبەرزو بڵندو گەورەیە. (ئەگەر ستەمیان لێبکەن تۆڵەتان لێ دەستێنێت).

هەروەها لێرەدا چارەسەر بە سێ رێ و شوێن دادەبێت : ـ

ڕێ وشوێنی یەکەم : ئامۆژگاری

ئامۆژگاری شتێك نیە تەنها کراوەیەکە بۆ دەرگای گفت وگۆو ووتوێژ بۆ دەرخستنی هۆیەکانی یاخیبوون کە پێشتر نیشانماندا، وەکۆشش کردن بۆ چارەسەری، پیاوی سەرکەوتووش ئەو پیاوەیە کە وا بە تواناییەوە هەنگاو دەنێت بۆ جێ بە جێ کردنی، کەچی هەندێ کەس ئەمەبە لاوازی بۆ خۆیان لێکدەدەنەوە . وە هەندێکیش تەنیا باوەڕیان بە پلاندانان بە زانیاری خۆیان هەیە بۆ هەنگاونان ئەمیش هۆیەکی سەرەکیە لە هۆیەکانی یاخی بوون ، وا نایەوێت دابنێت بەمەیان لە پیش خۆی و لە پێش خێزانەکەی .

بەڵام ئامۆژگاریە سودی نابێت ـ پاش دورخستنەوەی هۆکارەکانی هەڵپەسێردراو بە پیاوەکە، چونکە لێرەدا زۆربەی ئارەزوو حەزو ویستنە، یان کارتێکراوێکی یاخیبووە، یان خۆ بەگەورە زانین بە جوانی یان بە سامانەکەیتی، یان بە ناوەندی بنە ماڵەیە، یان بە هەر نرخێك لە نرخەکان، ئافرەتەکەی لە بیردەکات کە ئەویش هاوبەشە لەودەزگایە، نەك بەرزیە بۆ ململانێ یان بواری شانازی کردن .

ڕێ و شوێنی دووەم : لێیان دوورکەونەوە لە سەرجێیکردن

ئەمە بزوتنەوەکی گەورەی دەروونیە لە پیاوەوە لەسەر هەموو ئەو نازەی لە ئافرەتەوە نیشاندەدرێ لە جوانی و سەرنج ڕاکیشی، یان نرخێکی تر کەوا خودی خۆی پێ بەرزبکاتەوە، یان لە شوێنی هاوبەشەکە لە دەزگایەك لەوێدا بەرپرسە.

بوخاری لە صحیحەکەی باس دەکات لە دەرگای دوورکەوتنەوەی پێغەمبەر درودی خوای لەسەربێت لە خێزانەکانی تەنها لە ماڵەکانیان، معاویەی کوری حەیدەفعە باس دەکات : (لێی دوور مەکەوە تەنها لە ماڵ نەبێت) وە یەکەمیان ڕاسترە .

مەهەب دەڵێت: ئەمەیە کەوا بوخاری نیشانەی بۆ دەکات کە دەیەوێ خەڵکی تێبگەیەنێ وەك پێغەمبەر درودی خوای لەسەربێت وابکەن لە دوورکەوتنەوە تەنها لە ماڵەکان لەگەڵ خێزانەکانتان بن، چونکە دوورکەوتنەوە لێیان نیشتەجێ بوون لەگەڵیاندا ئازارێکە بۆ خۆیان

وە ئازارێکیشە بۆ دڵیان کەوا کەوتۆتە ناو ئەو دوورە پەرێزیە .

خودای گەورە فەرمانی دەرکردووە بە دوورکەوتنەوە لێیان لەسەرجێی چاکە لە ماڵەوە بێت .

راستی ئەمە دەگۆرێت بە گۆرانی بارودۆخەکە، لەوانە دوورکەوتنەوەلە ماڵان توندترە لە دوورکەوتنەوە لە شوێنی تر، و بە پێچەوانەوەش، بەڵام زۆربەی جار دوورکەوتنەوە جگە لە ماڵانیش ئازارێکە بۆ دەروون بە تایبەت ئافرەت کە دەروونیان زۆر لاوازە .

خاوەن لێکۆڵەرەوەکان جیاوازن مەبەست لە دوورکەوتنەوە : هەموو خەڵك کۆکن لەسەر ئەوەی چوونە لایان قەدەغە بکرێت، وە دانیشتن ونیشتە جێبوون لەلایان لەسەر رۆشنایی ئایەتەکە بریتیە لە نەچوونە لایان واتە دوورکەوتنەوە .

وەدەرخستنەکەش ئەوەیە سەرجێی لە گەڵیدا نەکرێت .

وە دەڵێن: ماناکەی لەگەڵی بخەوی وە پشتی خۆتی تێبکەیت .

وە دەڵێن: وازی لێبێنی لە جووت بوون لەگەڵیدا .

وە دەڵێن: لەگەڵیدا جووت بە بەڵام قسەی لەگەڵ مەکە .

رێ وشوێنی سێ یەم : لێیان دەن

خودای گەورە دەفەرموێت : کاتێك ئامۆژگاری سوودی نابێت وە دوورکەوتنەوە لەسەر جێی سوودی نابێت، دەبێت ئەم لێدانە لە جۆرێکی تربێت، وەلە ئاستێکی ترە کە هیچ سوودی نابێت تەنها ئەو هۆکارە نەبێت ﴿واضربوهن﴾ لێیاندەن .

گەواهیدەرە راستیەکان و تێبینیە دەروونی یەکان لەسەر هەندێك جۆرەکانی لادان دەڵێت: ئەو هۆکارە گونجاوترین هۆکارەکانە بۆ تێرکردنی لادانێکی دەروونی دیاری کراو، وە چاککردنی رەوشتی خاوەنەکەی وە رازی کردنی لەکاتی خۆی .

لەوانەیە ئافرەت هەبێت هەست ناکات هێزی خۆشەویستی پیاوەکەی کە چ نرخێکی بۆ

ئافرەتەکەی دادەنێت، لە مێردێك رازی دەبێت کە تەنها لەکاتی بە هێزو ماسولکەوە خەفەتی دەداتێ ، ئەمەش سروشتی هەموو ئافرەتێك نیە بەڵام ئەم پۆلینە لە ناو ئافرەتاندا هەیە .

بوخاری لە سەحیحەکەی باسی کردووە لە دەرگای ناچاربوون لە لێدانی ئافرەت خودای گەورە دەفەرموێت ﴿واضربوهن﴾ واتە لێدانێکی بێ ئێش و ئازار .

لە عبداللە ی کوری زمعە دەگێرێتەوە لە پێغەمبەر درودی خوای لەسەربێت دەفەرموێت: (هیچ کەسێکتان ئافرەتی خۆتان فەلاقە مەکەن وەك فەلاقەکردنی بەندە لە دوایشدا لە گەڵیدا جووتبێت) .

لەو حەدیسەدا دەشێ پەروەردە کردن یان تەمێکردنێکی نەرم بکرێت بە لێدانێکی توند وە ئاماژە بۆ گونجان بە لێدانی ئافرەت کەمتر لەمەش، وە جووت بوون یان سەرجێی کردن خۆشتر دەبێت لەگەڵ مەیل و ئارەزو، وە ئەو کەسەی لێی دەدرێ رادەکات لەبەر ئەو کەسەی کە لێیداوە وەدەکەوێتە نیشانە بۆ زەمکردنی، بۆیە واباشترە بە لێدانێکی ئاسان لێیبدرێت. تاوەکو لەگەڵیدا نەبێتە رق لێبوونەوەیەکی تەواو، وە زیادە رەوی نەکرێت لە لێدان، وە زیادە رەویش نەکرێت لە تەمێکردن .

وە نەسائی گێرایتیەوە لە دەرگای حەدیسی عائشە: پێغەمبەر درودی خوای لەسەربێت هیچ کاتێك لە ئافرەتی خۆی یان لە خزمەتکاری خۆی نەداوە وەلە هیچ شتێکی نەداوە تەنها لە رێگای خودا نەبێت، یان پێشێلکاری پیرۆزیەکانی خوای کردبێت ئەوا لە راهی خودا تۆڵەی لێکردۆتەوە .

رەخنەی بەردەوام :

رەخنە بریتیە لە وەستانی زیادە رەوی لێی لەلایە نێك رووەو لایەنەکەی تر لە گفتوگۆ یان

کردارێك یەکێك لە لایەنەکان دەیبینێ کەوا هەڵەیە . ئەو کارەش شتێکی باشە لـە سنوری پەسەندی بێت، وەبەکارهێنانی بە شێوازێکی باش لە گەیاندنی زانیاری یان ئاراستـەکردنێکی نەرم و نیان .

وە کاتێك پەیوەندیەکانی نێوان هاوسەران لاواز دەبێت و توشی لێك ترازان دەبێت بریتیـە لە رەخنەگرتنی تاڵ وە تێکشکاندنی گیانی بڕوابوون لە دڵی ژن یـان مێـرد، وە کاتێـك پیـاو توشی گاڵتە پێکردنی هەڵسوکەوتی یان هەڵوێستی ژنەکەی دەبێت بەرامبەر هەنـدێ کێشـە، لە راستیدا ئەمە بناغەی پەیوەندیەکانی نێوانیان تێك دەدات بە خێرایی بروسکە .

بۆ زانین لە راستیدا رەخنە گرتن کارێکی ئەرێنی یە ئەگەر بنەماکانی دروسـتی تێـدابێت کەوا دەبێتە بەهێزکردنی کەسایەتی، وە ئاشـکراکردنی کەسـی لاوازو پەنجـە دانـان لـە کـەم وکوڕیەکان .

ئەمانەش هەمووی پێویستە لە بارودۆخێکی گونجاو ئەنجام بدرێت، بـە لاّم ئەگـەر رەخنـە گرتنەکە گۆرا بۆ شێوازی گاڵتە پێکردن بە یەکێکی تر، ئەوا دەبێتە هۆی رووخاندنی بناغـەی ژیانی هاوسەری بەتەواوەتی وە بەختەوەریش دەگۆڕێت بۆ خەم وخەفەت و ناخۆشی .

رەفتاری وورووژێنەر لە لایەن یەکێك لە هاوسەران:

وورووژاندن لەو رەفتارانەیە کەوا پەیوەندیەکانی هاوسەرگیری هەڵدەوەشێنێتەوە، بۆ نموونـە ئە گەر یەکێکیان هەڵەیەکی لەدەرەوەی ماڵـەوە کـرد لـە هەڵسـوکەوتیدا ئـەوا ئـەویتر گـرژ دەکات، هەتا ئەگەر گەرانەوە ماڵ ئەوا تۆڵەی لێدەکاتەوەو هەستی بریندار دەکات، هـەروەها دەست وەردەداتە ناو کاروباری تایبەتی .

یان کاتێك منداڵ هەڵەیـەك دەکـات باوکەکـە هەوڵـدەدات سـزای بـدات و دایکەکـەش رادەوەستێ و لێناگەرێت و دەبێتە هۆی تەقینـەوەی تووڕەبـوونی پیاوەکـە بەرامبـەری ، یـان هەڵدەستێ بە تەشقەڵە پێکردن بە ئافرەتەکەی بەرامبەر منداڵەکە .

منداڵەکەش لەسەردایکی هەڵدەچێت لەو کاتەدا توورەبوونی ئافرەتە کە بەرامبەر پیاوەکەی دەتە قێتەوە بەو هۆیەوە .

لە هەموو بارودۆخەکاندا چارەسەری کێشەو گرفت بە شەڕ کردن و هەست بریندارکردن سزایەکی خراپی دەبێت، بەڵکو کارەکە ئاڵۆزتر دەکات، لێرەدا پێویستی بە هاوکاری هەردوولا هەیە لە راشکاوی و وەستان لەسەر هۆکارەکان کەوا دەبێتە هۆی جیاوازی و رێکنەکەوتن، وە دانانی شیکارێکی هاوبەش لە چارەسەرکردنیدا .

تاەکو ژیان نەگۆرێت بۆ گۆرەپانی رەفتاری وروژێنەرانە .

ریسواکردن بە هاوبەشی ژیان :

ریسواکردن برینێکی قوڵە کاریگەری لە دڵداهەیە چارەسەرکردنیشی قورس دەبێت بە شێوەیەکی گشتی، وە قولتر دەبێت ئەگەر لە نێوان ژن ومێرد روویدا کەوا پەیوەندی هاوسەرگیری لە نێوانیان تەواو بێت وەلە نێوانیان راشکاوی و روونی هەبێت کەوا گەیشتبێتە خۆشەویستی و دڵنەوایی بەزەیی، ریسواکردن یان ئابروو بردن هەندێ جار لە لایەنێك بۆ یەکێکی تر روودەدات بەهەستکردن بەوەی لەو بەرزترە، یان لەوی زیاتر سامانی هەیە یان خانەدانەترن یان دەسەلاتی زیاترە، دەکرێت ل ژنەکەت بەرزتربیت لە زۆربەاردا لەوانەیە دەوڵەمەند تربێت یان بروانامەیەکی زانستی بەرزت بەدەست هێنابیت بەڵام لەگەڵ هەموو ئەو ئەمانەشدا هیچ هۆکارێك نیە بۆ ئەوەی خۆت گەورەتر بزانیت لەسەر ژنەکەت وە هاوبەشی ژیانت .

شکاندنەوەی ژنەکەت یان بیرکردنەوە لە گەورەییت لەسەری ئەوا هەست بە بچووکی و سووکی دەکات ئەوە کاریگەری نەرێنی لە دەروونیدا بە جێدە هێلێت، هەروەها کاریگەری دەبێت لەسەر پەروەردەکردنی منداڵەکانت .

تۆ پێشتر خێزانەکەت هەڵبژاردووە، وە رازی و دڵخۆشیش بوو، بۆیە لە ئەدەب ورەوشت

بەرزی نیە هەوڵبدەیت سووکی بکەیت یان بیشکێنیتەوە .

ئەگەر هەر جیاوازیەك بوو لەگەڵیدا پێویستە لە رەگەوەچارەسەری کێشەکە بکەیت ئەمەش بەختەوەریە بۆ تۆو خێزانەکەت .

ئەگەر هەستت بە دڵتەنگی کرد لە رەوشتی ئەوا رەوشت و خەسڵەتەکان بیرخۆت بێنەوە لە کاتی پێشتر هەڵتبژارد بزانە هەموو کەسێك مامەڵە لەگەڵ مرۆڤدا دەکات، وە ئەو مرۆڤەش پاك نیە لە هەڵە، هیچ کامێکتان پەنانەبەنە بەر سووك سەیرکردنی یەکتر، بەڵکو بەختەوەری لەگەڵ ئارامی و خۆشەویستی دادەبێت .

تێنەگەیشتن بە مافەکانی هاوبەشی نێوان ژن ومێرد :

بڵاوبوونەوەی دەرکەوتنی نەزانین و نەفامی وە نەبوونی پێداگیری لەسەر زانین بە زۆرترین هۆکارەکانی کێشەو گرفت دادەنرێت لە ژیانی سەردەمیانەدا .

وە رۆیشتنی دوای چەوت بینی لە راگەیاندنێکی نا دروست، یان بە فیرۆدانی کاتەکان کە لە دواییدا سوودی نابێت، هەروەها نەزانین و تێنەگەیشتن بە ژیانی هاوسەرگیری و ئەرك وکارەکانی هەریەکێك تاوەکو ژیانی هاوسەرگیری دەبێتە هەرەشە بۆ سەقامگیری ماڵ وخەڵکیش جیاوازیان دەکەوێتە ناو شتەکانیان بە هۆی نەبوونی زانست ونەزانین .

وەلە ژیانی تێکئاڵاوی نێوان ژن ومێرد دەبێت زانیاری مافی هەردوولا بۆ ئەویتر رابگیرێت .

ئەمەش زۆربەی بارەکانی ململانێ لە راستیدا بەدوای فرت وفێڵ گەرانە لە نەزانینی یەکێك لە لایەنەکان لە مافەکانی لایەنی دیکەدا .

ژیانی هاوسەرگیری پێکهاتووە لە سەر مافەکان و ئەرکەکان پێویستە لەسەر ژن ومێرد چاودێری بکرێ وڕێزی بگیرێ، وە زانینی ئەو ماف و ئەرکانە یەکەمجار بریتی یە لە هەنگاوی بنەرەتی لە رێگای دروست کردنی خێزانێکی چاك .



دەرخستنی نهێنیەکان :

ژیانی هاوسەرگیری پێویستی بە راشکاوی هەیـە، وە راشـکاویش پێویـستی بـە دڵێکـی گەورە هەیە بۆ ئەوەی قەبوڵی هەڵەکانی ئەویتر بکات، لێـی ببوورێـت و بیبەخشێت لەهـەر خلیسکانێك، ئەمەش پێویستی بە عـەقڵێکی شـیاو هەیـە نهـێنی بپارێزێـت و چاودێریـشی بکات، بەڵام ئەگەر دیاردەی بڵاوکردنەوەی نهێنیەکان لە نێـوان ژن ومێـرد بڵاوبـووەوە ئـەوە نیشانەیەکی ترسناکە لەسەر وونبوونی پاڵپشتکردنی بە ختەوەری هاوسەرگیری .

هەروەها ململانێ ی نێوان ژن ومێردپەرەدەسێنێت بەهۆی لە دەستدانی پارێزگاری کـردن بە هەندێ لە نهێنیەکان لەنێوان پیاووئـافرەت، یـان هەسـتان بـە هەنـدێ کـار کـەوا بکـات لایەنەکەی دیکە تووڕە بکات، وەك هاورێیەتی کردنی هەندێ کەس.

یان دەست گرتن بەسەر هەندێ بیرو بۆچوون، یان شاردنەوەی هەندێ راستی .

دەست خستنە ناو کاروباری تایبەتی :

رێزگرتنی هەرلایەك بۆ ئەوی دیکە لە پاڵپشتەکانی بەختـەوەری هاوسـەرگیری دادەنرێـت وەهەردەم تێدەکۆشێ بۆ پاراستنی تایبەتمەندیەکانی ئەویتر، تاوەکو هەست بە هـێمنی بکـات لەگەڵ هەرکەسـێ بەشـداری لایەنـەکانی ژیـانی کـرد، ئەمەشـیان گرنگـە، چـونکە زۆربـەی کێشەکان کە دەکەوێتە نێوان ژن ومێـرد هۆیەکـەی دەسـت خـستنە نـاو کاروبـاری تایبـەتی لایەنەکەی دیکەیە .

ئـاییـنی ئیسـلام سیسـتەمێکی بـۆ ژیـانی هاوسـەرگیری دانـاوە، وە سنوریشـی بـۆ ژن ومێردەکە دیاری کردووە، وەنیشانەی بۆ ماف وئەرکەکانی هەرلایەنێك کردووە .

پێویستە لەسەر ژن ومێرد جووڵە بکەن لەو چوارچێوەی کە ئیسلام وێنەی کردووە .

لێرەشدا بواری هاوکاری کـردن هەیـە، ناکرێـت دەسـت بخرێتـە نـاو کاروبـاری تایبـەتی لایەنەکەی دیکە تەنها ئەگەر خۆی داوای کرد .



هەندێ جاریش دەست خستنە ناو لەلایەنی دوور روودەدات وەك خزمـەکان و هاورێکـان، بۆ نموونە خاتوونێك دەست دەخاتە ناو کاروباری ژیانیان وەك رێنمایی کار .

ئەمەش دەست پێدەکات بە دەست خستنە ناو خێزان دەبێتە هۆی روودانی جیاوازی نێوان ژن ومێرد ئەم دیاردەیەش گشتی یەو زۆر کەس دەیزانێت .

بێزاری و رۆتین لە ژیانی هاوسەرگیریدا :

لەگەڵ گرنگی ژیانی رۆژانەو بەرپرسیارەتی کەوا هەست کردن بە بێزاری و دلتەنگی هەیە . بە تایبەتی ئەگەر هاتوو ژن ومێرد لە فەرمانگەیەکی جێگیر ئیش بکەن .

وە بگەرێنەوە ماڵ لە کاتێکی دیاری کراو......ئەمەش ژیانە .

لێرەدا لەسەر ژن ومێرد پێویستە تاوەکو ژیانیان بەختـەوەر بێـت وەدەربچـن لـە لێـواری بێزاری ئەم راسپاردانە رەچاو بکەن :-

١- رێك بکەون لەسەر بەیەك گەیشتن پـێش هاتنـەوە بـۆ مـاڵ، هـەتا ئەگـەر یـەکێکیان رێگاکەی وەك پێویست نەبوو تێپـەری بەسـەر رێگـای لایەنەکـەی دیکـە، بـۆ ئـەوەی هەریەکەیان گرنگی بە ئـەویتر بـدەن پـێش گواسـتنەوەتان لـە کـاتی گەیشـتنتان بـۆ ئەرکەکانی تری خێزانی (دایکایەتی، باوکایەتی، چێشتلێنان، راپەراندنی کاروباری نـاو مـاڵ) .

٢- تیپێکی کار لە ناو چێشتخانە پێکبهێنن، وەك ئەوەی بۆ نموونە پیاو دەسەلاتی هـەبێت چ خواردنێك حەزی لی دەکات دروستی بکات، وەژنەکەش هەڵسی بەلێنانی .

وە لەکاتی ئامادەکردنی خواردنەکە قسەو گفتوگۆ لەگەڵ یـەکتر بکـەن، ئەمـەش رۆژانـی هاوسەرگیری یەکەم بیردەهێنێتەوەو کەش وهەوایەکی پڕ لـە خۆشەویسـتی و هاوکـاری دروست دەکات .

٣- خواردنەکە لە چێشتخانە داوا بکرێ، هەردووکیان خواردنی گەرم بخۆن و کاتەکـە اگـیر بکەن بە دانیشتن لەسەر زەوی و گاڵتەوگەپ .

٤- چاو بخشێننەوە بە ئەلبوومی وێنەکان، لەیادگاریەکانی رۆژانی بووك گواستنەوەو مانگی هەنگوینی وورد ببنەوە یان مۆڵەت وەرگرتنی ئەم دواییەیان، وە پێکەوە بیر بکەنەوە لە مۆڵەت وەرگرتنێکی دیکە .

٥- دەکرێت پێکەوە کتێب بخوێننەوە وەك خوێندنەوەی چیرۆك، وە کتێبی چاودێری منداڵان دەبێتە بۆنە، یان دەکرێت کتێبی رۆمانسی یان رۆشەنبیری یان کۆمێدی بخوێننەوە، گرنگ ئەوەیە ئەوکاتە هێمنانە پێکەوە بەسەرببەن وە زاڵبن بەسەر بێزاری ودووبارە بوونەوە .

٦- پێکەوە یاری و گاڵتەو گەپ بکەن، وە یاریکردنیش بە شێکە لە دڵ راگرتن و خۆشەویستی، وە ئەوە بەشێکە نابێت لەماوەی رۆژانی هەفتەیەك، پربێت لە شێواوی و پاڵە پەستۆ. وە لە رێگاکانی دەستکەوتنی ئەو پێکهێنەرە ئەوە هەر یاری و گاڵتەو گەپێك بکەن پاش عیشا، نەك هەموو شەوانیش بەڵکو هەفتەی رۆژێك هەڵبژێرن وە سووربن لەسەر یاری کردن .

هەستکردن بە نەبوونی لە نێوان ژن ومێرد :

زۆرنین ئەوانەی بۆ هاوسەری دوارۆژیان لەسەر بنچینەی خەون و خەیاڵی پان وبەرین خانوو دروست دەکەن، وە دەبێتە کۆشکێکی گەورە لە خەیاڵیان، وە ئەگەر تیایان دابوو دەبینی تەنها کاوڵبوونە، وەهەست بە هەژاری و کەساسی دەکەن کاتێك کە ژیاون، کە وا وێنەی کێشابوون بۆ ئەو خەونانە لە کۆشکی گەورەو ژیانی خۆشی .

کاتێك خۆیان لەناو ئەو راستیەدا دەبیننەوە هەست وسۆزیان وون دەبێت لە پشتی پەردەکان .

بەڵام بە خێرایی دەکەون و هەموو راستیەکان بە دیار دەکەون ململانێ دەست پێدەکات. ئەم نەبوونی و کەساسیەش یان بەهۆی خۆپەرستی لە یەکێك لە لایەنەکانە وەنەبوونی



هەستکردن بە لایەنی تر، ئەمەش لەو کێشەو گیرو گرفتانە دادەنرێت کە دەبنە تاڵکردنی بەختەوەری هاوسەرگیری، هەروەها کەوتن لە شوێنی دڵرفێنی دەروونی بۆ خوارەوە بینینی روون بۆ کاروبارەکان لێیان قەدەغە دەکات، بەڵکو کارەکان بۆ دیتنی راستیەکان بە تەواوی پێچەوانەیە .

دەبێت مرۆڤ خۆی پەروەردە بکات لەسەر سەبر گرتن و راستی و دادپەروەری، بەمەرجێك دەبێت لە سەرەتای دەست پێکردنی ژیانی هاوسەری بێت، ئەوکاتە ئەم ناوونیشانانە دەبێتە شازادەیەك لە گیانیدا رەگی داکوتابێت .

وە ژیانی هاوسەرگیری دەبێت ژیانێکی گەرم بێت ....ژیانێك بێت لەسەر دڵسۆزی و خۆشەویستی دامەزرابێت . بەڵام دوژمنداری وتوورەبوون و شەرکردن و لێدان کارێکن پێچەوانەن لەگەڵ ژیانی هاوسەرگیری و پیرۆزییەکەی، بەڵکو شێوەی مرۆڤ دەگۆرێت و دەیگوازێتەوە بۆ ئاژەڵێکی پەلامارەدەر گرنگی نیە تەنیا رۆچوون لەسەر قوربانیدان وچەوساندنەوە لەسەریدا .

داهات وەجیاوازی لەخەرجی رۆژانە

ژیان پێداویستی هەیە، بەختەوەریش پێویستی بە پاڵپشتی واتادارو بە نرخ هەیە ئەویش پارەو سامانە، بەختەوەری راستەقینەش لەگەڵ پارەدایە وە پارەش لە نێوان دەستدایە نەك لە دڵدا، دەوڵەمەندی راستەقینەش بریتیە لە دەوڵەمەندی دەروون، هەژاریش لە هۆکارەکانی پێداویستی و کەم دەستیە .

بۆیەش کۆسپێکی زۆر دەخاتە بەردەم خۆشی و رابواردن، و خاوەنەکەی پەلکێش دەکات بۆ ناو هەندێك کاری هەڵە یان رەوشتی نەشیاو .

ئیمامی عەلی خوای لێ رازی بێت دەفەرموێت : ئەگەر هەژاری پیاو بوایە دەمکوشت، بۆ گەشە پێدانی هەموو ئوممەتی ئیسلام بە دەوڵەمەندی و پارە زۆری .

بۆیە زۆربەی کێشەکانی خێزانی بە هۆی هەژاری یان پێداویستی بۆ پارەو سامان روودەدەن، ئەمەش ناچاری نیە، بەڵام زۆربەی جار لەگەڵ هەستکردن بە پێداویستیەکان روودەدات وە رێگای رازی بوونی بەبەشی خودای گەورە نازانێت .

هەروەها پێویستە هەژاری وکەم دەرامەتی نەبێتە هۆکار بۆ ململانێ لە ژیانی خێزانی و پارچە پارچەکردنی .

وە مرۆڤایەتی نیە بۆ ئافرەت دەست بەرداری مێردەکەی بێت لەبەر هەژاری و کەم دەرامەتی، تەنها ئەگەر پیاوەکە خۆی حەزی لە تەمبەڵی بێت .

هەژاری هەرگیز شەرمەزاری نیە وە قەدەرێکی بڕاویش نیە بەسەرکەسدا، بۆیە دەبێت مرۆڤ گەشبین بێت لە ژیانیدا، بۆ دوارۆژی بڕوانێت بەشەوق و خۆشەویستی و ئومێدی .

دەبێت ژنەکە لە ناو دڵی پیاوەکەیدا مۆمی ئومێدی وهیوایی دابگیرسێنێت .

پاڵی پێوە نێت بۆ کاری راست لە پێناوی ژیانێکی باشتر .

وەلەسەر پیاوەکەش پێویستە لە بیرو هۆشی ژنەکەیدا تاریکی و ناخۆشی رەشبکاتەوە .

بۆ ئەوەی رۆژی ئومێدو هیڤی هەڵبێت لە دەروونیدا پڕبێت لە رووناکی و دوارۆژێکی رووناك لە سپێدەیەکی رۆشن وبەختیار .

پێویستە ژن ومێرد بزانن ژیان پێویستی بە هاوکاری و ئارامگرتن هەیە لە رۆژە نەبوونی و تاریکەکاندان دەبێت بیربکەنەوە کە بەختەوەری بە پارەو سامان نیە .

بەڵام رەزابوون بە ختەوەریە، دەبێت ژن ومێرد بزانن کە رەزابوون پەیوەندداره بە بڕوابوون بە خودای مەزن و دڵۆڤان بە قەزاو قەدەرو خێرو شەڕ .

کێشەی ئەنتەرنێت و هۆکارەکانی راگەیاندن :

لەگەڵ پێش کەوتنی هۆکارەکانی تەکنەلۆژیا هەندێك کێشە هەن دەبێتە هۆی بڵاوبوونەوەی دیاردەی تاکە کەسی و وەپاڵپشتی دیادەکانی کۆمەڵایەتی و بەیەك

گەیشتنەکانی خێزان دەکەن بۆ هەموو تاکێك لە خێزان کاتێکی درێژ هەیە بەرامبەر شاشەکانی کۆمپیوتەر یان تەلە ڤزیۆن بەسەربەرێت هەروەها کاردەکاتە سەر پەیوەندی خێزانی.

لەسەر ئەو بنچینەیە کێشەکان خۆیان مەلاس داوە لەسەر ژیانی هاوسەرگیری وەك ئەمەی خوارەوە :ـ

١- نەبوونی پەیوەندی لە نێوان ژن ومێرد یان نێوان هەواڵەکان .

٢- سەیرکردنی تاکەکان بە رەوشتەکانی نەشیاو، وهەوڵدان بۆ لاسایی کردنەوەی بەبێ گەرانەوە بۆ پێوەرێکی جێگیر .

بۆ چارەسەرکردنی ئەو کێشەیە دەبێت خێزان رەچاوی ئەمانە بکات :ـ

١- دیاری کردنی کاتێکی جێگیر بۆ ئەو بەرنامانە واباشترە سەیرکردن بە کۆمەڵ بێت بە پێی توانا .

٢- نابێت هاوبەشی ژیانت دابنێیت و بە راوردی بکەیت لەگەڵ شتە نائاساییەکان، بەوەی کەگوێت لێبووە یان دەیانبینی بێ ئەوەی بزانیت ئەو چی لە دەروونیدا شاراوەیە.

٣- هەستکردن بە چاودێری خودای گەورەو میهرەبان لە هەموو کات و شوێنێکدا .

بە کورتی :

پێویستە ژن ومیرد بە زۆر چاڵاکی خۆیان جوان بکەن تاوەکو بەختەوەری هاوسەرگیری لە نێوانیاندا دێتەدی، بەزیادەش بۆ پێداویستیان لە دروست کردنی دیوارێك لە پاراستن بۆ روودانی کێشەکان کەوا یەکریزی ئەو بەختەوەریەو جێگیربوونی لێڵ دەکات .

وەلەو چالاکیانەش :ـ

١- هەموو ژن ومێردێك پێداگیری بکەن لەسەر بەرگریکردنی ڤایرۆسەکانی ژیانی

هاوسەرگیری، وەلەو ڤایرۆسانەش: درۆکردن، رژدی، تەمبەڵی، وەشتی تر لەو ڤایرۆسانە.

٢- دەبێت ژن ومێرد بزانن کەوا توورە بوون دوژمنی بەختەوەری هاوسەرگیریەو کوشندەیە، پێویستە هەموولایەك سوور بن لەسەر دوور خستنەوەی ئەو دوژمنە .

٣- هەردوولا پێدابگرن لەسەر دوورکەوتنەوەی دەست بەسەرداگرتنی یەکێك لە ژن ومێرد بۆ رای ئەوی دیکە، بەڵام دەبێت گفتوگۆیەکی بنیاتنەرانە ژن ومێردەکە کۆیکاتەوە .

٤- هەموو پیاوێك پێدابگرێ بە هەڵبژاردنی قسەو گفتی شیاو کەوا نێوانیان کۆبکاتەوە بە خۆشەویستی و بەزەیی ودڵنەوایی قسەبکات .

٥- هیچ یەکێك لە ژن ومێرد پەنانەباتەبەر رەخنەی بەردەوام یان بەکارهێنانی شێوازی دڵشکان و تانە لێدان لە ئاراستەکردنی لایەنەکەی دیکە .

٦- پێویستە ژن ومێرد بزانێت کەوا ئابرووبردنی هاوبەشی ژیان ئابرووبردنی بۆ خود: چونکە ژن پارچەیەکە لە مێردەکەی وە دەبێت هەریەکە رێز لە نیوەکەی تر بگرێت .

٧- زۆربەی کێشەکان بە هۆی نەزانین بە مافەکانی هاوبەشی نێوان ژن و مێرد روودەدات، با هەریەکە لە ژن ومێرد پێدابگرێ لەسەر زانینی ماف وئەرکەکانی ئەویتر .

٨- زۆربەی کێشەکانی ژن ومێرد بەهۆی بڵاوکردنەوەی نهێنیەکان و دەست خستنە ناو کاروباری ئەویتر روودەدات بێ ئەوەی شارەزایی هەبێت لە چارەسەرکردنی کێشەکان .

٩- لەسەر ژن ومێرد پێویستە چارەسەری کێشەکانیان لەناو ماڵی خۆیاندا بکەن، وەنەیەڵن هیچ کەسێك دەستبخاتە ناو کاروباری تایبەتیان .

١٠- لەسەر ژن ومێرد پێویستە سووربن لەسەر نوێبوونەوە لە ژیان تاوەکو بێزاری و دووبارە بوونەوە روونەدات لە ژیانی هاوسەرگیریان .

١١- پێویستە هەر لایەك پێداویستی ئەویتر دابین بکات تاوەکو نەبێتە هۆکارێك بۆ کێشە لە نێوانیان و هەستکردن بە نەبوونی و کەساسی نێوان ژن ومێرد .



١٢- نابێت داهات وجیاوازی لە دەستکەوتنی خەرجی هۆکارێك بێت بۆ کێشەی نێوانیان با قەناعەت کالآیەك بێت کەوا پارێزراو لە رۆژە کەمدەستەکان و نەبوونیەکانی ژیان .

١٣- دەبێت ژن ومێرد بزانن کەوا خۆپاراستن باشترە لە چارە سەرکردن، نابێت چاوەرێ ی روودانی کێشە بکرێت تاوەکو دەستبکرێت بە چارەسەرکردن .

بەڵام دەبێت هەریەکێك هەڵسێ بە ئەرکەکانی پێش داواکردن بە مافەکانی، وەدەبێت سەبرگرتن گەورەترین چەك بێت بۆ زاڵبوون بەسەر تەنگ وچەڵەمەکانی ژیان .

وە دەبێت ژن ومێرد بیربکەنەوە کەوا هەردەم پاش خەم و خەفەت و ناخۆشی شادی وبەختەوەری و رووناهی دێتەدی .

خۆت تاقیبکەرەوە :

ئەمەی خوارەوە کۆمەڵێك بەشن پێویستە لەسەرت جێبە جێیان بکەیت، ئەگەر رێك بوویت لەگەڵیدا بەتەواوی ئەوا نیشانەی (بەڵێ) لە ژێر هەڵبژاردنەکە دابنێ .

وە ئەگەر رارا بوویت ئەوا نیشانەی (هەندێ جار) لە ژێر هەڵبژاردنەکە دابنێن وە ئەگەر رێك نەبوویت لەگەڵیدا ئەوا نیشانەی (نەخێر) لە ژێر هەڵبژاردنەکە دابنێ .

ژ	بەش	بەڵێ	هەندێ جار	نەخێر
١	ئایا دووردەکەویتەوە لە رەخنەی بەردەوام لە هاورێی ژیانت ؟			
٢	ئایا پێداگیری دەکەیت لەسەر تێربوونی پێداویستیەکانی هاوبەشی ژیانت بە سۆزو دڵنەوازش ؟			
٣	ئایا دەرامەتی پێویست دابین دەکەیت بۆ خەرجیەکانی ماڵ ؟			



٤	ئایا پێدادەگریت لەسەر راشکاوی بۆ هاوبەشی ژیانت بە تەواوەتی ؟			
٥	ئایا هەوڵدەدەیت لەسەر نوێبوونەوە لە ژیان و دوورکەوتنەوە لە بێزاری ؟			
٦	ئایا خۆت حوکم دەدەیت لە کاتی تووڕە بوون ؟			
٧	ئایا کاتی خۆت رێك دەخەیت و بە باشی ئەنجامی دەدەیت ؟			
٨	ئایا لە ژیاندا شتی جوان هەیە ؟			
٩	ئایا هەست بە رەزابوون دەکەیت لە ژیانت وە لە هاوبەشی ژیانت ؟			
١٠	ئایا رێز لە تایبەتمەندیەکانی هاوبەشی ژیانت دەگریت؟			

هەڵسەنگاندن :

ئەگەر هەڵبژاردنەکەت بۆ وەڵامی (بەڵێ) بوو ئەوا دوو پلە بە دەست دەهێنیت، وەئەگەر هەڵبژاردنەکەت بۆ وەڵامی(هەندێ جار) بوو ئەوا یەك پلە بە دەست دەهێنیت .

بەڵام ئەگەر هەڵبژاردنەکەت بۆ وەڵامی(نەخێر) بوو ئەوا هیچ بە دەست ناهێنیت .

وەدەکرێت خۆت وەك ئەمەی خوارەوە هەڵسەنگێنیت : ـ

پلە	بارودۆخ
لە سفر ــ ٤ پلە	تۆ لەناو گێژاوی کێشە وگرفتی ماڵەوە دەژیت و بێ شومارە، دەست پێشخەری بکە لە زانین و چارەسەری .
لە ٥ ــ ١٠ پلە	تۆ لەسەر یەکەم رێگای بەختەوەریت، لەگەڵ ئەوەش هێشتا کۆسپ وتەگەرە هەیە لە ژیانی هاوسەرگیریت، ئاگاداریبە یەك بەیەك چارەسەری بکە .
لە ١١ ــ ١٥ پلە	تۆ لەسەر رێگا دا دەرۆیت، بەڵام هێشتا کۆسپ وتەگەرە هەیە لە پێگەیشتنی بە ختەوەریت .
لە ١٦ ــ ٢٠ پلە	تۆ شایانی ئەوەی هەنگاو بهاوێژی لەسەر رێگای بەختەوەری، وە پێویستە لەسەر بەردەوام بیت، وەبیگوازیتەوە بۆ هەنگاوی داهاتوو .



بەشی هەشتەم

بەختەوەری لەگەڵ بە جێهێنانی ئەرکەکان

(خەرجی و منداڵ)

- ئامادەکاری
- بەختەوەری لە خەرجی .
- هاوکاری نێوان ژن ومێرد لە پێناوی تەواوکردنی بەرپرسیارەتی خەرجیدا.
- خەرجکردنی ئافرەت لە پارەی مێردەکەی بە چاکە .
- بەخشین لە پارەی مێردی بە چاکە .
- دیاری ناردن لە پارەی مێردی بە چاکە .
- هاوکاری کردنی ئافرەت بۆ مێردە هەژارەکەی .
- راوێژکردن بە مێردی لە خەرجکردنی پارەی ئەو .
- هاوکاری نێوان ژن ومێرد لە پێناوی ڕاپەراندنی کاروباری ماڵ .
- بەختەوەری لەگەڵ منداڵان .
- باوکەکان خۆیان دابنێن بۆ پەروەردەکردنی منداڵەکان .
- زانینی مەبەست وئامانج لە کاروکردەوەکانت .
- زانینی تایبەتمەندیەکانی منداڵ .
- زانینی کێشەکانی منداڵ .
- بەختەوەری لەگەڵ منداڵان لە سایەی رووداوە ناخۆشەکاندا .
- پەروەردەکردن بە خۆشەویستی .
- بە کورتی .
- خۆت تاقیبکەرەوە .



ئامادەکاری :

بەختەوەری تەنها بە دیهێنان نیە لەسەر تێرکردن بۆ پێداویستیەکان و ئارەزووەکان، بەڵام هەندێ جۆر بەختەوەری بە بەخشین گەمارۆ دراوە ناکرێت چاوەڕێ ی بەرامبەر بێت.

ئەوجۆرە بەختەوەریەش ئەو کەسانە هەستی پێدەکات کە ئامانجی دیاریکردبێت .

وە کارەکەی بە دڵسۆزی بۆ خودای گەورە ئەنجامدرابێت، داوای رەحمەت و بەهەشتی لێدەکات، ئەو جۆرە کەسەش کە لای خودای گەورە رەزابوونەو لێی نزیکە .

وە نزیک کەوتنەوەش لە لای خودای گەورە نایەتە دی تەنها بە تێکۆشان و ماندووبوون و بەخشین بە سامان لە رێگای خودای میهرەبان .

لێرەشدا پێشبرکێکاران پێشبرکێ دەکەن لە رەزابوونی خودای گەورەو میهرەبان .

کاتێك کەسێك دەبێت لە بەخشین و خەڵات بۆ شتێك ئەو کەسە سەرۆك و بەرپرسە لەو شتە، لە هەمان کاتدا بەرپرسیاردەبێت لە لای خودای گەورەو داوای پاداشتی لێدەکات.

ئەو لەو کاتەدا لە بەرزترین پلەکانی بەختەوەریە .

بەختەوەری لە خەرجی، وە بەختەوەری لە نزیك خولقێنەرەکەی کە خودای مەزن و دلۆڤانە.

بەختەوەری لە خەرجی :

کێشەی خەرجی و بوونی پێداویستیەکانی ماڵ لە هۆکارە گرنگەکان دادەنرێت کەوا دەبێتە رووداني کێشەو جیاوازیەکان، ئەگەر هاتوو تێگەیشتنێکی هەڵە هەبوو بۆ سروشتی ژیان یان بەرپرسیارەتیەکان، یان مامەڵە کردنێکی هەڵە لەگەڵ بەجێهێنانی ئەرکەکان، وەهەندێك دەروانێتە خەرجی لەسەر ئەوەی کۆسپ و تەگەرەیە بۆ بەختەوەری یان قەدەغەکراوە بۆی، وەهەندێکیش دەڕوانن بۆ قورس وگرانی لە دابین کردنی جوانکاری بۆ ماڵ لە رووداوەکانی توندوتیژی و ناکۆکیەکانی خێزانە، وە ئەو هەموو تێگەیشتنانە هەڵەن .



بەڵام بەختەوەری راستەقینە لە بۆسە دایە لە کەسێك لە پارەکە لە نێو دەستیدابێت .
وەخەرجی بکات لە دانیشتوان وە کەسێك نیە ئەو مولکی پارە بێت .
بەختەوەری راستەقینەش لەگەڵ پارەدایە کاتێك کەسەکە هەست بکات لە پارەکە لە دەستیدا بێت نەك لە دڵیدا .

خاوەن ماڵ پێویستە لەسەری هەموو پێداویستیەکانی ژیانی دابین بکات، وە دابین کردنی پێداویستیە سەرەکیەکان بۆ دامەزراندنی ماڵ وەتەواو کردنی پێداویستیەکانی .

لەسەر ژنیش پێویستە یارمەتی پێشکەشی مێردەکەی بکات بۆ دامەزراندنی ماڵ .وە خزمەتکردنی تاکەکان و هەڵسان بە کارەکان کەوا یارمەتی پیاو بدات لەسەر دابین کردنی کەل وپەلەکان و ئازووقەی ماڵ .

لەگەڵ بوونی جیاوازی زانا ئایینیەکان لە مافی مێرد لەسەر ژنەکەی لە خزمەتی ماڵ وهەڵسانە بە کاروبارەکانی، وە لە خزمەتکردنی مێردەکەی وە هەڵسان بە پێداویستیەکانی، خەڵکی کۆکن لەسەر ئەوەی مافی مێرد نیە لەسەر ژنەکەی لە و کاروبارانە تەنها ئەگەر خۆی هەڵیبژێری بەبێ زۆرلێکردن، یان ئەگەر پێویستی پێی نەبێت .

بۆیە دەبینین کەوا خۆشی پێکەوە ژیان ئەوەیە لە مافی هەردووکیانە نێوانیان چاکبکەن، ئەمەش دەکەوێتە لای ژنەکە کە راستەوخۆ بەپێی توانا هەڵسێت بە کاروباری خزمەتکردنی لەماڵەکەی .

وە هەروەها بە گوێرەی باری مێردەکەی لە ئابووری ورۆشنبیری وە بەگوێرەی داب ونەریتی کۆمەڵایەتی بە شێوەیەکی رێك وپێك، وە بەگوێرەی بارودۆخی ماڵی باوکی وگەورە بوونی تیایدا، وەبە گوێرەی ئارەزوو مەرجی پیاوەکە لەکاتی پێشکەش کردنی داخوازیەکەی .

دەبێت ئەو کارە بەتەواوەتی لەکاتی داخوازی و پێش گرێبەست روون بکرێتەوە وەتەواوی ببردرێتەوە، بۆ رێگرتن لە زۆر کێشەو گرفت کە لە ئەنجام نەدان هەندێ ژن زۆرجار یاخیدەبن و دەڵێن : من خزمەتکار نیم، بە داخێکی زۆرەوە هەندێ ژن راهاتوون لەسەر تەمبەڵی



وهەڵناستن بە ئیش وکاری ماڵەکانیان بە تێگەیشتنی هەڵە لەو رایەی زانا ئایینیەکان بۆیە پێویستە لە سەرەتا بە تەواوی روون بکرێتەوە، لە وانەیە بارودۆخی پیاوەکە لە بارەی ئابووری یان کۆمەڵایەتی یان دەروونی نەگونجێت خزمەتکاری ژن بە کرێ بگرێت .

هاوکاری نێوان ژن ومێرد لە پێناوی تەواو کردنی بەرپرسیارەتی خەرجیدا :

بەرپرسیارەتی خەرجی ناوەستێتە سەر دابین کردنی پێداویستیەکانی ماڵ یان ئەو کەل وپەلانەی یارمەتی خێزان دەدات بۆ پڕکردنەوەی پێداویستیەکان بە تەنها .

وە دابین کردنی رێگاکانی ژیان، بەڵام لە بنچینەی هاوکاری کردن لە خەرجیدا هاوکاری ژنە بۆ مێردەکەی لە رێنمایی کردن و دابینکردندا، یان رێ وشوێن دانان لە خەرجیدا تاوەکو ببێتە هاوکاری کردنێکی هاوبەش .

وە لە لایەنەکانی کەوا دەکرێت هاوکاری هەبێت وەك ئەمەی خوارەوەیە :ـ

خەرجکردنی ژن لە ماڵ وسامانی مێردەکەی بە چاکە :

ژن بۆی دەکرێت لە ماڵ وسامانی مێردەکەی خەرجبکات، بەڵام بەمەرجێك دەبێت لە ژێر چوارچێوەی شەرع دابێت (زەرەرو زیانی نەبێت)، هەروەها بە دەستپاکی مامەڵە لەگەڵ ماڵ و سامانی مێردەکەی بکات، لەو حالەتەدا خێروبەرەکەت گشتگیر دەبێت لەسەر ماڵەکە، لەو خەسڵەتەدا دەبێتە باشترین ئافرەت .

لە عائشە (رەزای خوای لەسەر بێت) کەوا هیندێ کچی عەتبە ووتی: ئەی پێغەمبەری خوا، ئەبی سفیان پیاوێکی رەزیلە، ئەوەندە پارەم ناداتێ بەشی خۆم ومنداڵەکەم بکات تەنها کاتێك پارەی لێدەبەم ئەو نازانێت، پێغەمبەر درودی خوای لەسەربێت فەرمووی: (ئەوەندە ببە

کەبەشی خۆت وکورەکەت بکات بە چاکە) {رواه البخاري} .

ئەمەش بەڵگەیە لەسەر ئەوەی کە ئیسلام زوڵم لەکەس ناکات، مافی هەموو کەس دەدات.

بەخشین لە ماڵ وسامانی مێردەکەی بە چاکە :

دەبێت ژن چاودێربێت لەسەر ماڵ وسامانی مێردەکەی و بیپارێزێ، وە لە پێناوی خودا بیبەخشێ یان مافی فەقیرو هەژار لەبیر نەکات لە ماڵ وسامانەکەی، دەتوانێت بە ئەقڵ ودادپەروەری کاروباری ماڵەکەی پێوانە بکات و مافی ماڵ ومنداڵەکەی بداتن وە بۆ هەژارو لێقەوماوان لە ماڵ وسامانی خۆی ومێردەکەی ببەخشێت، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : (إذا انفقت المرأة من بينها طعام غير مفسيدة كان لها اجرها بما أنفقت ولزوجها أجره بما كسب) {رواه البخاري} .

پێغەمبەر درودی خوای لەسەربێت دەفەرموێت: (ئەگەر ئافرەت لە ماڵی خۆی خواردنی بە خشی خراپ نیە لەوەی کە بەخشیەتی پاداشتی دەدرێتێ وە بۆ مێردەکەشی هەمان پاداشتی هەیە لەوەی بەخشیەتی) .

ئەمە جۆرێکە لەسەربەستی ئافرەت کەوا شەرع پێیداوە بۆئەوەی بۆ جیهان روون بێتەوە کەوا ئافرەت خزمەتکار نیە بکڕدرێ و بفرۆشرێ، یان هیچ مافێکی نیە یان هیچ جۆرە سەربەستیەکی نیە .

بەڵام ئەوەی ئێستا زانیمان کەوا ئافرەت سەربەستە بە وەرگرتنی بریار، وە ئافرەت پشکی هەیە لە ماڵ و سامانی مێردەکەی بەمەرجێك بە شێوەیەکی چاك هەڵسوکەوتی پێبکات تاوەکو مافەکان وون نەبێت و ئەمانەتیش وون نەبێت .



دیاری وخەڵات کردن لە ماڵ وسامانی مێردەکەی بە چاکە :

ماڵی موسڵمان لەسەر هاوکاری و خۆشەویستی و لێك تێگەیشتن دەوەستێ، هەروەها چی لەدەست پیاودایە لە ماڵ وسامان یان شتێك وەك ئەو، هەندێك لە پیاوان هەست بە رەزابوون و قەناعەت دەکەن کەوا بۆ ژنەکانیشیان ماف لەو ماڵەدا هەیە لەبەرئەوەی ئەو تێگەیشتنە لە نێوانیان دا هەیە بۆیە بۆ ژنەکەش دەبێت لە بەشێك لە ماڵ و سامانی مێردەکەی رەفتاربکات بەڵام بە چاکە بەبێ زۆرداری و زیان گەیاندن .

هاوکاری کردنی ژن بۆ مێردە هەژارەکەی :-

پیاو بەرپرسە لە خەرجی و مسۆگەر کردنی پێویستی ماڵ بەڵام لە کاتی گونجانا ئافرەت دەتوانێ هاوکاری مێردەکەی بکات لە کاتی دەستکورتی لە ماڵ و سامانا، تاوەکو نرخ و بەهای خۆشەویستی ژیان بۆ خێزان بێتەدی، وە رێ و شوێن و رەوشتی ئافرەت زیاد دەکات بۆ خەرجی لە کاتی کەمدەرامەتی مێرد لە پارە پەیدا کردن، ئەمەش دوو چاکە بەدەست دەهێنێت: چاکەی پەیوەندی خزمایەتی وەچاکەی خەبات کردن لە پێناوی خودای گەورە و میهرەبان.

عن ابي سعيد الخدري رضي الله عنه قال: جاءَت زينب إمرأة ابن مسعود قالت: يانبي الله إنك أمرت اليوم بالصدقة. وكان عندي حُلي فأردت أن أتصدق بهِ، فزعم إبن مسعود أنهُ و ولدهُ احق من تصدقت به عليهم، فقال النبى صلى عليه وسلم: ((صدق ابن مسعود، زوجك وولدك احق من تصدقت به عليهم)) ﴿ رواه البخاري﴾.

لە ئەبو سەعیدی خودری خوا لێی رازی بێت: زەینەب خێزانی إبن مسعود هات ووتی: ئەی پێغەمبەری خوا، تۆ ئەمرۆ فەرمانتدا بە خێرو سەدەقە کردن، هەندێ خشڵم هەبوو وویستم بیکەمە سەدەقە، وە إبن مسعود ووتی من و منداڵەکەمان لە هەموو کەس مافی زیاترە خێرو سەدەقە بکەی بەسەریان، پێغەمبەر دروودی خوای لەسەر بێت فەرمووی: ((إبن

مسعود راستی ووت، پیاوەکەت و منداڵەت لە هەموو کەس مافی زیاترە، خێرو سەدەقەیان پێبکەی ››.

ئایا هاوکاری و یارمەتیدان هەیە لەمە باشتر، وە ئەمە پاڵپشتە بۆ بنیاتنانی ماڵێکی بەختەوەر ئەمە ئەرك و مافەکان رێکدەخات وە بێ گومان درێژەی پێدەدات .

راوێژکاری مێردی بکات لە خەرجی ماڵ و سامانی :-

لە زۆربەی بارودۆخەکان ئافرەت مامەڵە بەسۆز و نەرمی دەکات نەك بە ئەقل، بۆیە پێویستی بە هەندێ هاوکاری هەیە لە گەڵیدا لە وەرگرتنی بڕیار لە خەرجیدا. بە تایبەتی لە پیاوان وە هیچ کەس نیە لە مێردی نزیکتر. بۆیە پێویستە ڕاوێژ بە مێردی بکات لە هەموو شتێك لەوانەش لە خەرجیدا.

فعن عبدالله بن عمرو قال: لما فتح رسول الله صلى وسلم مكة قام خطيباً فقال في خطبته: «لايجوز لآمرأة عطية إلاّ بأذن زوجها» {رواه النسائي}.

عەبدوللای کوری عەمرو ووتی: کاتێك پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت مەککەی ئازاد کرد هەڵسا بە ووتاردانێك لە ووتارەکەیدا فەرمووی: « بۆ ئافرەتێك نابێت ببەخشێت تەنها بە مۆڵەت وەرگرتنی مێردەکەی نەبێت» .

لە فەتحی باری دا لە ئیمام مالیك دەگێردرێتەوە: ئافرەت بۆی نیە ببەخشێت بە بێ مۆڵەتی مێردەکەی ئەگەر ژیرو رابەریش بێت تەنها لە سێ یەکی نەبێت.

لە دکتۆر یوسف قەرەزاویان پرسی دەربارەی مافی پیاو لە مووچەی خێزانەکەی؟

وەلآمی دایەوە: واجبە پیاو بەرپرسیار بێت لە خەرجی مال و ساماندا لە سەر خێزان هەتا ئەگەر ژنەکە دەوڵەمەندیش بێت. وە ئەگەر بە ملیۆنەهاشی هەبێت. پیاوەکە بەرپرسە لە خەرجی و بەخێوکردنی خێزان.

خوای گەورە دەفەرموێت: «الرجال قوّامون على النساءِ بما فضّل الله بعضكم على بعضٍ

وبما انفقوا من اموالهم)). واتە: ((پیاوان سەرپەرشتیار و گەورەن لە سەر ئافرەتان بەوەی خوای گەورە هەندێکتانی لە سەر هەندێك پەسەندتر داناوە وە بەوەی لە ماڵ و سامانەکانیان خەرج دەکەن و دەبەخشن))٠

وە پیاو خەرجدەکات و بەخێوکەرە و مارەیش دەدات، وە ئەویش ڕادەسپێردرێت تەنها لە حالەتی دەستکورتیدا نەبێت٠ هەندێك مەزهەبیش هەن دەڵێت:- ئەگەر پیاو دەست کورت و کەمدەرامەت بێت٠ وە ئافرەتەکەش دەوڵەمەندبێت ئەوا ئافرەتەکە پارەی خەرجدەکات بۆی دەبەخشێت٠ چونکە مافەکان ئاڵوو گۆڕن٠

بەڵام ئەگەر ئافرەتەکە بۆ کار چووە دەرەوە کەوا لە سەردەمی ئێستادا ئافرەت فەرمانبەرە و لە دەرەوە کار دەکات لەو حاڵەتەدا پیاو رادەسپێردرێ وە دەکرێت ئافرەتیش یارمەتی بدا لە خەرجی ماڵ٠ یان ئەگەر پیاوەکە پێویست بوو. وە لەو سەردەمەماندا لە زۆربەی وولاتان پیاو ئافرەتی فەرمانبەر دەخوازێت بۆ هاوکاریکردنی یەکتر لە پێکهێنانی ماڵێکی موسڵمان٠ بۆیە پیاو بە تەنیا ناتوانێت خەرجی ماڵ دابین بکات و ئافرەتیش بە تەنیا ناتوانێت دەبێت هەردووکیان پێکەوە ڕێکبکەون بۆ خەرجی و دابین کردنی پێداویستیەکانی ماڵ و منداڵ٠ لەو حاڵەتەدا بۆ ئافرەت دەبێت لە سێ بەشی یەك بەش لە سەریەتی وە پیاویش لە سێ بەش دووبەش لە سەریەتی٠ چونکە ئیسلام بۆ پیاوی داناوە دووبەش ببات، ئەمەش لە ماف و ئەکەکاندا٠

لە سەر بنەمای پێشوودا هەندێك وا دەزانن کە ئەو ئاراستەیە بۆ ئەوەیە پیاو دابنرێت بە راوێژکار بۆ ئافرەت لە سەرماڵ و سامانەکەی، بە تێروانینێکی نەرێنی بۆ ئافرەت دەروانن٠ بەڵام راستیەکەی وانیە٠ چونکە ئەمەیان مافەکەی کەم ناکاتەوە ، وەپارەکەش پارەی ئافرەتەکەیە. ئەو لە ناو پەیوەندی و پاراستنی مێرد دایە، پیاویش راسپێردراوە ئافرەت بەخێوبکات و خەرجی بدات، ئارەزووی بۆی هەبێت لە بەختەوەری و شادیدا٠ هەروەها پیاویش دەبێت لە هەموو کەس زیاتر پارێزگاری لە ماڵ و سامانی ئافرەتەکەی بکات٠ بە



تایبەتی ئەگەر خودای گەورە چاودێر بێت لە سەر مامەڵە و کاروکردەوەکانی، لەو ڕێڕەوەیەدا دەبێت ئافرەت راوێژ بە مێردەکەی بکات لە سەر ماڵ و سامانەکەی· لەو کاتەشدا ڕێگا بە ئافرەت دراوە رەفتار بە سامانی مێردەکەی بکات بە چاکە· ئەمە زامنکردنی یەکترە. ئەمەش خۆشەویستیە· ئەمەش هاوکاریە لە سەر ئیش و کاری چاکە.

ئافرەت یارمەتی مێردی دەدات لە خەرجیدا لە سەرماڵ لە کاتی توانایی دا :-

هەندێ جار بە هۆی گرانی نرخەکان و ژمارەی جوانکاریەکان هەندێ کەس خۆی لەو گێژاوەدا دەبینێتەوە، هەروەها خەرجکردنی لە فێربوون و تەندروستی و شتی تر لە پێداویستیەکانی شارستانێن لەگەڵ هەموو ئەو ئەرکانەدا هەندێ لە پیاوەکان بە زەحمەت دەتوانێت پێداویستیەکانی ماڵ و ئەوەی دەیەوێت دەستەبەری بکات، لێرەدا پێویستە یەکێك لە تەنیشتی بوەستێت نزیکترین کەسیش خێزانەکەیەتی، ئەگەر هەیبوو دەتوانێت چاودێری پیاوەکەی و ماڵەکەی بکات لەسەر خەرجی ئەمەش باشترین کارەکانە لە خێرو چاکەدا، کاتێك یارمەتی مێردەکەی دەدات رزگاری دەکات لە ناخۆشیەك لە ناخۆشیەکانی ژیان·

هاوکاری نێوان ژن و مێرد لە پێناو پیلان دانان بۆ کاروباری ماڵ:-

ژیان هاوکاریەکی هاوبەشە، ئەو هاوکاریەش دەبێت لە هەموو لایەنەکانی ژیان بێت· پیاو لە ماڵەوە لە هەندێ کاردا یارمەتی ژنەکەی دەدات، یان هەندێك داواکاریەکانی ماڵی بۆ ئامادە دەکات، یان هەڵدەستێ بە هەندێ ئەرك کەوا ئافرەتەکە دیاری دەکات لەسەر رەخساندنی کاروباری ماڵ· پێغەمبەریش دروودی خوای لە سەر بێت پێشەنگی هەموو جیهان بوو ·

فعن أسود قال: سُئلت عائشة ماكان النبی صلی الله علیه وسلم یصنع في بیته؟ قالت: ((

كان يكون في مهنة اهله- تعني: خدمة أهله- فإذا حضرت الصلاة خرج إلى الصلاة»﴿ رواه البخاري﴾ وفي رواية عن أحمد: قالت: « كان بشراً من بشر، يغلي ثوبه، ويحلب شاته، ويخدم نفسه» وفي أُخرى« كان يخيط ثوبه، ويخصف نعله، ويعمل ما يعمل الرجال في بيوتهم»·

ئەسوەد دەگێڕێتەوە دەڵێت:- لە عائشە پرسیار کرا پێغەمبەر درووودی خوای لە سەر بێت لە ماڵەوە چی دەکات؟ ووتی: « ئەو لە ئیش و کاری ماڵەوەی دەبێت- بە مانای: خزمەت کردنی ماڵ و خێزانی- وە ئەگەر نوێژ ئامادە بوودەردەچێت بۆ نوێژ»·

وە لە ریوایەتێکی تر لە ئەحمەد دەگێردرێتەوە: عائشە دەڵێت:« ئەو مرۆڤ بوو وە لە مرۆڤیش بوو، جلەکەی دەشوات، وە مەر دەدۆشێت، وە خزمەتی خۆی دەکات» لە جێگایەکی تریش:« جلەکانی دەدووری، نەعلەکانی دەدورێتەوەو لە پێی دەکات، وە ئەو کارە دەکات کە پیاوان لە ماڵەوە دەیکەن»·

بەر پرسیاریەتی ژن لە ڕەخساندنی کاروباری ماڵ مانای ئەوە نیە هەڵسێ بە خۆی بە هەموو ئیش و کارەکانی ناوماڵ بکات مال، لە خواردن، وەشوشتن، ووتووکردن، وەخاوێنکردنەوە و رێکخستن و جوانکردنی ماڵ، بەڵکو مانای بەرپرسیاریەتیەکەی سەرپەرشتی کردنە لە سەر ئەمانە، بەڵام یان ئافرەتەکە هەڵدەستێ بەم کارانە، یان پیاوەکە هەڵدەستێ بەم کارانە یا بە بەشێك لەم کارانە، ئەمەش دەوەستێتە سەر زۆر هۆکار وەك: توانای پارە و پول، کاتی گونجاو لە هەر یەکە لە ژن و مێرد و کور و کچەکان·

هەروەها ئاشوب و گێژاوەکان روودەدەن لە ژیانی هاوسەرگیریدا دەربارەی خەرجکردنی پارە و پوول· یان ناکۆکی دەربارەی دابین کردنی ئامێری کارەبایی یان فێنکەرەوە؟ یان بۆچی وەك فلان و فلان دراوسێ ئەو شتەمان بۆ ئامادە ناکەیت؟

وە لەو هەڵمەتەدا ئەوە بانگەوازە بۆ ئەو کەسانەی دەگەرێن بە دوای بەختەوەری هاوسەرگیریدا، وە ئارەزوو دەکەن دوورکەونەوە لەو کێشانەی پەیوەندی بە خەرجیدا هەیە یان هەڵگرتنی بەرپرسیاریەتی ئەمەی خوارەوە:-

١- دابەش ماڵ و سامان لە نێو خەڵکدا ئەمەیە قەدەری خوای گەورە و میهرەبان لە جیهاندا، دەبێ هەموو بزانێت کە بە دەست هێنان لە سەر ماڵ و سامان تەنها بە پشتیوانی لە خودای مەزن و دڵۆڤانە بۆ ئەو کەسەی خۆی دەیەوێت، وە لەو بوارەدا زۆر لە شارەزایانی ئابووری دەڵێن: ئەگەر ئێمە هەموو ماڵ و سامانی جیهانمان کۆبکردایەتەوە بەیەکسانی دابەشمان دەکرد تاوەکو هەژار و دەولەمەند نەمابان وە بۆ ماوەیەك وازیان لێبێنین ئەوا جارێکی تر هەژار دەبوەوە و دەولەمەنیش دەوڵەمەند دەبۆوە٠ ئەمەش حیکمەتی خودای میهرەبانە زۆربەی لێکۆڵەرەوەکان سەڵماندوویانە کە بەختەوەری هاوسەرگیری نەبەستراوەتەوە بە زۆری ماڵ و سامان، یان زامنکردنی باشترین کەل و پەلی ناو ماڵ بەڵام بەستراوەتەوە بە ئیمان و رازی بوون بە بەشی خودای گەوەرە و میهرەبان بۆ هەر کەسێك٠

٢-دەبێت هەموو سەرپەرستیار و بەرپرسێك پێداگیری بکەن لە سەر ماڵ و مندالی بۆ دابینکردنی ژیانێکی خۆش و بەختەوەر بۆ خێزانەکەی٠ وە تێبکۆشن بۆ داواکردنی ئازووقە، پشت نەبەستێ لە سەر ئەوەی کەوا رزق و رۆزی بە بێ ماندوو بوون هەوڵدان بۆی دێت یاخود بە نووستن خوای گەورە و میهرەبان هەموو ماندوو بوون و هەوڵدانێك بەپێ تواناى کۆششەکەیەتی و کردنەوەی دەروازەکانە بۆ رزق و رۆزی٠

٣-دەبێت ژن ئارامگربێت لە سەر بارودۆخی پیاوەکەی، دەبێت بزانێت کە قەناعەت گەنجینەیەکە کۆتایی نایەت، تەماعکاری و چاو لە دەستی خەڵکی تر خەم و خەفەتە و کۆتایی نایەت٠ بە بیری بێتەوە کەوا پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت لە ماڵی خۆی بۆ ماوەی مانگێك لە سەر یەك ئاگردانی دانەگیرساوە، ئەو لەبەر ئازاری برسی بوون بەردی لە سکی خۆی دەبەست، وە بەختەوەرترین کەسیش بوو بە باوەڕهێنانی بە خودای تاك و تەنها٠ لەگەڵ ئەوەش ئەگەر فەرمانی بکردایە چیای مەککە ببایە زێر ئەوا دەبوو٠٠٠٠٠

٤- دەبی بزانیت کەوا هەموو ساتێکی فەرەحنایی و دڵنەوایی گرنگترە و باشترە لە سەروەت و سامانی دونیا، پێویستە بگەرێت بە دوای ئەو ساتانەدا، وە ژیانت بە فیرۆمەدە لە گەڕان بە دوای ماڵ و سامان یان خەم و خەفەتێك لە سەر ئەوەی کەنیە٠

٥- دەبێ لە بیری بێت ئەو کەسەی پارەی هەیە خۆشترین ساتەکانی بەختەوەری ئەو کاتەیە کە خەرجدەکات بە تایبەتی ئەو خەرجکردنەش لە پێناو خودای گەورە و میهرەبان بێت، وە لەبیر نەکات ئەو ساتانەش لە کاتی لە خەرجکرندا لە سەر ماڵ و مندالی یان لە سەر هەژار و دەستکورتدا بێت٠

٦- دەبێ هەموو ژن ومێردێك کۆشش بکەن بۆ رێکخستنی ژیانیان بەپێ ی توانایان وە دانانی شتە سەرەکیەکان لە خەرجکردندا بە مانای ناژیم لە چوارچێوەی زیاتر لە تواناکانم٠

٧- ژن ومێرد دەبێ دوور کەونەوە لە پەنا بردن بۆ قەرز کردن بۆ دابینکردنی جوانکاری چونکە قەرز بە شەو خەم خەفەتە و بەرۆژیش شەرمەزاریە، لەگەڵ قەرزیش بەختەوەری یان دڵنەوایی لە ژیانی هاوسەرگیردا نابێت٠

٨- دەبێت هاوکاری لە نێوان ژن ومێرد لە ژیاندا هەبێت، ئەگەر هاتوو پیاو نەیتوانی پێداویستیەکانی خێزان بۆ ماڵ دابین بکات ئافرەت بۆی هەیە خۆی ببەخشێت- نەك زۆری لێبکرێت- لە سەر کارکردن و یارمەتیدانی مێردەکەی لە پەروەردەکردنی منداڵەکان و دابینکردنی پێداویستیەکانی٠

٩- بۆ ئافرەتێك کە کار ناکات دەکرێت هەندێك مەسروفاتی ماڵ زامن بکات وە یارمەتیدانی مێرد لە سەر خەرجکردنی ژیانی خێزانی لە کاتی فێربوونی هەندێ شارەزایی کە ماڵ پێویستیەتی بۆ مەسرەف کردن لەو شارەزاییانەش وەکو:- نەخشکردن یان دروومان یان پیشەسازی شیرینی وە دابینکردنی هەندێك خواردەمەنی وەك: سرکە وتورشیات یان مورەبا وە هەندێکی تر لە شتە سەرەکیەکان کەوا هەموو ماڵێك

پێویستیەتی٠

١٠- ژن و مێرد پێویستە بە بیریان بێت کەوا لەگەڵ گرتنی ئەو هۆکارانەش لەوانەیە هەندێ تەنگژە و هەڵوێستی توونـد و تیژی رووبدات ئەمەش پێویستی بە ئارامگرتن و وەستان بۆ رووبەروو بوونەوەی٠ بەڵام تێکشکان و شێواوی و توندوتیژی ئەو تەنگژەیە چارە ناکات٠ لە کاتێکدا ئەم کاردانەوانە زۆر لە کێشەکان لە سەر یەك کەڵەکە دەکات کەوا هەڵچون لە ژیانی هاوسەرگیریدا روو دەدات یان بەختەوەری دەکوژێت٠

بەختەوەری لەگەڵ منداڵان:-

خوای گەورە دەفەرموێت:« المالُ وَ ألبَنونَ زِينَةُ الحياةِ الدُّنيا » ماڵ و سەروەت و سامان و منداڵ خشڵ و جوانکاری ژیانی دونیان، بۆ ئەوەی ژیان لە هەموو کاتێك ژیانت بەختەوەر بێت لەگەڵ منداڵان٠ وە بۆ ئەوەی ژیانت رازاوە و بەختیار بێت لەگەڵ پەروەردەکردنی منداڵان وە لەگەڵ زۆری ئەرك بۆیان، پەرووەردەکاران پێویستە بیرو و بۆچونی خۆیان بگۆرن لە پەروەردەکردن، بە جۆرێك پەروەردەکردن لە پێش چاوی پەروەردەکاران نەبێتە بارگرانی یان کێشە٠ بەڵکو ببێتە ئەرکێکی بەچێژ لە ستایش کردنی بەختەوەری و شادی بۆ هەموان٠

وە منداڵان، درێژ پێدەری سروشتن بۆ باوکان، وە یەکێکن لە بازنەکانی هەستکردن بە جوانی بۆ ئادەمیزاد٠ وە ئەوانەش لە پاڵپشتەکانی بەختەوەرین، لەسەر ئەو بنجینەیەش ئەمەیان دێتە دی« ماڵ و سامان و منداڵ جوانکاری ژیانی دونیان» ٠

منداڵان بەرووبوومی هاوسەرگیری و خۆشەویستیە٠ هەرماڵێك بەتاڵ بێت لە منداڵان ماڵێکە ڕوکنێك لە روکنەکانی بەختەوەری تێیدا کەم دەبێت٠ وە منداڵان چاوگەی خۆشی و شادی مرۆڤن، وە بۆیان پیاو دەبێتە باوکێکی بەزەیی و ئافرەتیش دایکێکی دڵنەرم٠

بوونی منداڵ پەیوەندی هاوسەرگیری بەهێز دەکات و زیاتر پتەوی دەداتێ، لێرەدا نیشانە دەکرێت کەوا منداڵ نیعمەتێکی خوای گەورە و میهرەبانە، وە بە بوونی منداڵ ژن ومێرد

هەست دەکەن یەکێك لە ئامانجە هەرە گرنگەکانیان هاتە دی لە ژیانی هاوبەشیان، وە بەردی بناغەیان داناوە لە بنیاتنانی دوا رۆژێکی هاوبەش.

ئەمەی خوارەوە هەندێ ئامۆژگارین تاوەکو پەروەردەکردنی منداڵ ببێتە بەختەوەری و ساتەکانی خۆشی لە نێوان ژن ومێرددا:-

باوکەکان خۆیان دابنێن بۆ پەروەردەکردن:-

یەکەمین قۆناغەکانی ئامادەکردنی مرۆڤ و پەروەردەکردن دەستپێدەکات لەگەڵ سەرەتای سکپڕی دایك وە سەرەتای پێکهێنانی کۆرپەڵە. هەروەها یەکەم ئەرکی پەروەردە وهاوشێوە لەگەلیدا دەستپێدەکات لەو کاتەی دایك پێشوازی لە کۆرپەکەدا دەکات، وە چۆنیەتی خۆئامادە کردن بۆ ئەوەی ببێتە دایکێکی چاك لە سەر دروستکردنی نەوەیەکی چاك ببێتە پاڵپشتێك لە پاڵپشتەکانی هێزو تونای گەڵ. لەبەر ئەوەی خۆئامادەکرنی مرۆڤ تەنها دەستپێناکات لەگەڵ سەرەتای فێربوون. وە نەك لە سەر ئاستی دەستکەوتن و فێربوون ئەمە سەنگی مەحەکی راستیە لە سەر تونای مرۆڤ. بەڵکو ئەمە سەنگی مەحەکی زانستی و کۆمەڵایەتیە. بە مانای توانایی لەسەر خۆشەویستی و کار پێکەوە. وە لەم دەروازەیەدا سەرەتای گۆڕان و چاکسازی لەگەڵ سەرەتای پەروەردە دەستپێدەکات لە کاتی سەرەتای پێکهاتنی مرۆڤ کە ئەو هێشتا کۆرپەڵەیە.

کەوا پشت دەبەستێ لە سەر زامنکردنی کەش و هەوایەکی باش بۆ کۆرپەلە لە ماوەی ژمارەیەك پێوەر گرنگترینیان:-

١- هێمنی و لە سەر خۆیی دەروونی بۆ دایك، وە دوورکەوتنەوە لە توند و تیژی و دەمارگیری و شێواوی.

٢- دوورخستنەوەی مادده زەرەرمەندەکان لە کۆرپەلە وەك: داودەرمان وە جگەرەکێشان ، وە مادده هۆشبەرەکان و شتی تر.

٣- پێداگیری لە سەر خۆراکی پوخت و تەواو وا باشترە لە ژێر سەرپەرشتی دکتۆر بێت تاوەکو زوڵم لە کۆرپەڵە نەکرێ لە تێربوونە بنەرەتیەکان لە سەرەتای پێکهاتنی وە ئامادەکردنی پێش ئەوەی دەربچێت بۆ رووناکی٠

٤- پەیوەندی باش لە نێوان باوك و دایك بارودۆخێك لە رێکەوتن و پێکەوە ژیان بەدی دەهێنێت٠ ئەمەش سروشتی لە سەر تەندروستی دایك رەنگ دەداتەوە لە باری دەروونی و جەستەیی، هەروەها یارمەتی دەدات لە سەر پێکهێنانی کۆرپەڵە بە شێوەیەکی ساغ و سەلامەت٠

٥- زامنکردنی شوێنەوارێکی هێمن و پاك دووربێت لە پیس بوون یان دەردوو بەڵا یان نەخۆشیەکانی کەدا کۆرپەڵە تووشی زۆر نەخۆشی ترسناك بکات٠

بەڵام هەنگاوی دیکە لە ئامادەکردنی دایك و باوکان بۆ خۆیان بۆ پەروەردەکردنێکی ئەرێنی، هاوبەشی لە پێکهێنانی نەوەی نوێ، بنەماکان و ئامادەکاریە سەرەکیەکان هەڵگرێ بۆ هەستانەوەی گەلەکەی٠ وە زانینی خەسلەتو رەوشتە نەشیاوەکان٠ وە کۆششکردنێکی تەواو بۆ دەرباز بوون لەو خەسلەتانە یان رەوشتانە کەوا مرۆڤی بەرهەمدار ئیفلیج دەکات یان کلیلەکانی سەرکەوتن هەڵدەگرێ، لەوانە:-

١- خۆ رزگارکردنی باوکان لە داب و نەریتە بۆماوەکانی لە رابردوو وەك: شێوازە کۆنەکان لە پەروەردەکردن و فێربووندا٠ چونکە ئەو شێوازانەش: شێوازی رۆتینی وە لاساییکردنەوە لە رێنماییەکان و ئاراستە کردندا یان سزادان وە شتی دیکە٠

٢- خۆ رزگار کردنی باوکان لە کێشەکانی کەسایەتی، ئەمەش دەبێتە ئیفلیج کردنی ئەنجامدانی ئەرکی پەروەردە بە شێوازێکی دروست٠ وە کاردەکاتە سەر تەندروستی دەروونی و ئەقلی بۆ نەوەیەکی نوێ٠ لەو کێشانەش وەك: دایك دەناسرێت بە دڵتەنگی یان گۆشەگیری، وە باوکیش دەناسرێت بە تووندوتیژی و سەر لێشێواوی یان کاردانەوەی توند، یان مامۆستایەك گرێ کوێرەیەك یان پێداویستی لە مامەڵە کردن لەگەڵ

قوتابیەکانی بە سەریدا زاڵدەبێت٠٠٠٠ ئەو هەموو کێشانە بە دڵنیاییەوە کاریگەری دەبێت لە سەر پێکهاتەی نەوەیەکی باش٠ وە ئەگەر بەخێوکەر نەیتوانی خۆی دەرباز بکات دەکرێت داوای یارمەتی لە تایبەتمەندیەکە بکات پێش لە دەست دەرچوون چونکە سزاکەی بەزەیی پێیدا نایەتەوە٠ ئەو کیشانەش دەگوازرێتەوە بۆ ئەو کەسەی سەرپەرشتیاری دەکات٠ یان دەبێتە کێشەیەکی درێژخایەن پاشان دەگوازرێتەوە بۆ نەخۆشی دەروونی٠ کەسایەتی مرۆڤیش لە کەسێکی بەرهەمهێنەر بۆ کەسێکی پێویست بۆچاودێری و سەرپەرشتیاری دەگۆرێت٠

١- دەبیت سەرپەرشتیاران خۆیان تەرخان بکەن بۆ ئەو ئەرکە گرنگ و پیرۆزە بەدانانی لێکۆلینەوەکی دروست وەك گەورەترین پرۆژە بۆیان، ئەو لێکۆلینەوەیەش دابنرێت لە سەر چەند بەندێك لەوانە: ئەرکەکە چی یە؟ وەگرنکی چیە؟ وە چۆن دەکرێت جیێ بە جیێ بکرێت؟ ئەو ئامانجانە چین کە لە دواییدا لێی چاوەروان دەکرێت؟ وە چۆن دەکرێت بیهێنیتە دی؟ وەپێداویستیەکانی پرۆژە لە بابەتی زانستی و فێربوون و راهێناندا چین؟ وە چۆن دەکرێت هاوکاری نێوان دەزگا جیاوازەکان- ماڵ و قوتابخانە و رۆڵی خواپەرستی- بۆ بە ئەنجام گەیاندنی ئەو ئەرکە؟٠

٢- دەبێت باوکان و سەر پەرشتیاران زانیاریان هەبێت لە سەر شارەزایی پەروەردەیی جیاواز کەوا مامەڵەی تیادەکەن لەگەڵ بەهرەداری وە خاوەن پێداویستیەکانی تایبەتی، وەشتی تر لە شارەزاییەکانی پەروەردە و فێرکردن٠

لەو دەسپێکەدا ئەگەر سەرپەرشتیار بیەوێت خۆی تەرخان بکات بە باشی بۆ ئەو ئەرکە٠ وە لە گەڵماندا بەشداری بکات لە ئامادەکردنی نەوەیەك بنەماکانی راپەرین و پێشکەوتن هەڵگریّ٠ پێویستە لە سەر بەخۆیی دەسپێبکات ودەربازی بکات لە ناتەواویەکان تاوەکو بتوانێت ببەخشێت: چونکە چۆن دەتوانێت ببەخشێت کەچی ناتەواویشی هەبێت؟ بۆیە دەبێت دەستپێبکات بە دەرباز بوون لە کەم و کوریە تایبەتیەکانی، چونکە ئەوەی هیچی نەبێت

نابەخشێت٠ هەروەها دەبێت هەنگاوێکی گەورە بە دەست بهێنێت لە سەر ڕێگای بەختەوەری لەگەڵ پەروەردەکردنی منداڵەکان وە دروست کردنی ماڵێکی بەختیار٠

دەبێت مەبەستەکە بزانیت و ئامانجیش لە کردەوەکانت:-

ژن ومێرد دەبێت هەر دەم بە بیریان بێت ئامانج لە کردەوەکانیان وە لە پەروەردەکردنی منداڵەکانیان، دەبێت دابنێین کە ئایا ئامانجەکەت لەوەی کە خەڵك دەڵێن: کەوا کوڕەکەت کارێکی تایبەتەیان لە پلەو پایەکی بەرزە؟ یان پێت دەڵێ:- دەتتوانی سەرپەرشتیاریبایت ئەگەر ئەوە ئامانجت بوایە بزانە کەوا ژیانت زیاتر گرنگی پێدەدا. نەك لەبەر خاتری خۆت یان لە پێناو منداڵەکانت بەڵکو دەبوو لە پێناوی خەڵك٠لەو حاڵەتەدا بەختەوەری دوور دەبێت لە خۆت و ماڵت٠

بەڵام ئەگەر مەبەستت وە ئامانجت لە پەروەردەکردنی منداڵەکانت بریتی بێت لە ڕازی بوونی خوای گەورە وە لە پێناو زیاد کردنی دانیشتوان بێت بۆ پەرستنی خوای تاك و تەنیا٠ وە ئامادەکردنی تاکێك بەشداری بکات لەبەرز کردنەوەی ئاینی خوای گەورە لە سەر زەوی٠ لەو حاڵەتەدا هەموو تەنگافی و کێشەکان لە کاتی پەروەردەکردن ئاسانتر دەبوونەوە، وە ئارامیش لە سەریدا دەوەستا وە هەروەها بەختەوەریش دەبوو هەتاکوو لەگەڵ زەحمەتیەکانیش٠

زانینی تایبەتمەندیەکانی منداڵ:-

سەرپەرشتیار پێویستە تایبەتمەندیەکانی منداڵ بزانێت٠ وە سروشتی گەشەسەندن لە قۆناغەکانی تەمەنە جیاوازەکانی، بزانە هەموو قۆناغێك جیاوازی هەیە بە گوێرەی تایبەتمەندیەکان، وە گرنگترین قۆناغەکانی گەشە سەندن کەوا منداڵ پێیدا تێپەردەبێت ئەمانەیە:-



١- منالّی بچووك و ساوا کەوا دیاری کراوە لە نێوان لە دایك بوون بۆ پێنچ سالآن٠
٢- منالّی مام ناوەندی کەوا دیاری کراوە لە نێوان ٦- ١٢ سالٚ٠
٣-منالّی دواکەوتو و پێگەیشتوو کەوا دیاری کراوە لە نێوان ١٣- ١٥ سالٚ٠
٤- هەرزەکاری زوو یان تازە کەوا دیاری کراوە لە نێوان ١٦- ١٨ سالٚ٠
٥- هەرزەکاری مامناوەندی کەوا دیاری کراوە لە نێوان ١٩- ٢١ سالٚ٠

گرینگترین تایبەتمەندیەکان کەدەبێ بیزانیت لە هەموو قۆناغەکانی تەمەن ئەمانەن:-
١- تایبەتمەندیەکانی جەستەیی٠
٢- تایبەتمەندیەکانی ئەقل و هۆش٠
٣- تایبەتمەندیەکانی کۆمەلآیەتی٠
٤- تایبەتمەندیەکانی کاردانەوە٠
٥- تایبەتمەندیەکانی زیندەگی و گیانی٠

زانینی کێشەکانی منداڵ:-

سەرپەرشتیار پێویستە گرنگترین کێشەکانی منداڵ بزانێت کەوا تووشی دەبێت٠ وە گرنگترین کۆسپو تەگەرە کە بەدی هێنانی بەختەوەری ئیفلیج دەکات لەگەڵ هەڵگرتنی کێشەکان٠ وە چۆن دەکرێت پاراستن و چارەسەری بکرێت؟

بەختەوەری لەگەڵ مندالآن لە سایەی پێشهاتە خەماویەکان:-

رۆژانە رووداوی تازە و ململانێ ی جۆراوجۆر هەیە، ئەم ململانێیانەش تا رۆژی دوایی دەبێت، ململانێ یەکەش لە نێوان هەق و ناهەقدایە٠ ئەو ململانێ یانە لە سەر باوك و سەرپەرشتیارەکان واجب دەکات فێربن چۆن مامەڵە دەکەن لەگەڵ منداڵەکانیان لە سایەی

پێشهاتە ناخۆشەکان ئەگەر پێشهاتی سیاسی بێت یان کۆمەڵایەتی٠

بە جۆرێك زۆر لە رووداوو هەڵوێستی توند هەیە لە سەر هەموان پێویستە لەگەڵیدا بوەستین ، وە هەوڵدان بۆ تێگەیشتنی یان بەشداری کردنی لە چارەسەرکردندا، وە پێویستە گەورە و بچووك پێکەوە هاوکار بن ، بەڵام پرسیارێك هەیە خۆی دەردەخات: ئایا گفتوگۆ کردن لەگەڵ منداڵان لە سەر ئەو کێشەیە لە ئەرکەکانی پەروەردەیە؟

وەڵامەکەی: بێ گومان بەڵێ، پەروەردەش زۆر لایەنی هەیە، نەك یەك لایەن، پەروەردە بریتیە لە ئامادەکردنی مرۆڤ ئامادەکردنێکی تەواو لە هەموولایەنەکان، ئەو مرۆڤەش دەبێت لەگەڵ خەمی وولاتەکەی و ئایینەکەی بژیت٠

لەو دەستپێکەدا پێویستە بەخێوکەر منداڵەکان فێر بکات و سەرپەرشتیان بکات بە پەروەردەیەکی سیاسی و کۆمەڵایەتی و کاردانەوە و لاشەیی و ئەقلی٠

بەڵام لەگەڵ وەرگرتنی ژمارەیەك لە تێبینی وەك ئەمەی خوارەوە:-

١- دەبێت منداڵەکانت فێری ئەرکی گرنگیدان بە فەرمانی موسڵمانان و بەدواداچوونی هەواڵەکانیان بن، بەڵام بە مەرجێك دەبێت لە چاوگەیەکی باوەر پێکراوەوە بێت٠

٢- دەبێت سەرپەرشتیکار رووداوەکانی رۆژانە لەگەڵ منداڵەکانی گفتوگۆ بکات بە ئاسانی و بە سادەیی٠ وە بە زمانێکی سادە بۆ ئەوەی لە رووداوەکانی دادیٚ زیاتر گویٚ ی بۆ شل کەن، نەبێتە هۆی تەنگژە لە تێگەیشتن بۆیان٠

٣- دەبێت بە بیرمان بێت کە ئێمە قسە لەگەڵ کەسێك دەکەین هێشتا لە پێش سالانی راسپاردندایە٠ وە راینەسپێرین بۆ کار زیاتر لە ووزە و توانای ئەو دا بێت تاوەکو کاردانەوەی پێچەوانە تێیاندا روونەدات٠

٤- دەبیٚ منداڵەکان فێرکەین کە ئەو رووداوانە مانای رووخانی ئیسلام یان بێهێزکردنی نیە. بەڵام ئەو هەڵوێستانە ئارامی موسڵمانەکان وە دەستگرتن بە ئاینەکەیان تاقی دەکاتەوە٠

٥- دەبێت منداڵەکان فێرکەین دوژمن هەر چەندی هێز و دەسەڵاتەکەی ستەمکار بێت، ئەوە

مانای شتێك نیە لە هێزی خوای گەورە و میهرەبان، وە خوای گەورەش تونادارە لەناویان ببات وەك ئەوەی کردی لەگەڵ عاد و سەموود و فیرعەون و زۆری تر لەوانەی خۆیان بە گەورە دادەنا.

٦- دەبێت منداڵەکان فێرکەین ئەوەی روودەدات لە کوشتن و بریندار کردن بەڵگەی ترسنۆکی دوژمنەکانە لە دژی سەربازانی خودا. وە بەڵگەی ترسنۆکی و لاوازیانە، وە هێزو توانایش تەنها بۆ خودا و پێغەمبەرەکەی وە بۆ ئیماندارانە.

٧- دەبێت منداڵەکان فێرکەین کە هێزو توانا لە منداڵێك کاتێك بەردێك هەڵدەگرێت وە سەربازێکی چەکدار لێ ی دەترسێ لێبدات.

٨- دەبێت منداڵەکان فێرکەین کەوا لە ناو موسڵمانان پیاوی دووڕوو هەنە، ئەمانە کۆمەڵێکن سنوورەکانی ناپارێزن، وە ڕێز لە مافەکانی موسڵمانان ناگرن، لەگەڵ ئەوەش ئەمانە بە موسڵمان دادەنرێن وە ئەوانە لە دوژمنەکانی ئیسلام ترسناکترن لە سەر ئیسلام.

چونکە ئەمانە ناپاکن و ڕێز لە وەعد و بەڵێن نانێن، وە دەکرێت درۆ بکەن یان دزی بکەن. یان جاسوسی بکەن لە سەر براکانیان. پێویستە زۆر ئاگاداری ئەمانەبین. نابێت ئەمانە لە سەر موسڵمان حیساب بکرێت. چونکە خۆشیان ناوێن.

ئەگەر دەستدرێژی کرایە سەرمان یان ماڵمان یان سەروەت و سامانمان، یان لە سەر پیرۆزی موسڵمان و مافەکانیان لەسەرتە بەرگری لێیان بکەی بەوەی کە هەیەتت.

٩- دەبێت منداڵەکان فێرکەین لەگەڵ هەموو ناخۆشیەك خۆشی هەیە، وە ئەگەر بۆ موسڵمانەکان ئەوانەی دەستیان بە دینەکەیان گرتووە تووشی هەندێك ناخۆشی هاتن ئەوا خوای گەورە و دڵۆڤان بەڵێنی سەرکەتنی پێداون لە دونیا وە بەهەشتیش لە دوا رۆژ.

١٠- دەبێت منداڵەکان فێرکەین کە خەباتکردن و بەخشین و یارمەتی بۆ براکانیان لە هەموو شوێنێك بە دوعا و خۆبەختکردن. وە بڵاوبونەوەی ڕێکەوتنامە لە نێوان هاوڕێیانو برادەران.

١١- دەبێت سەرپەرشتیار پێشەنگ بێت بۆ منداڵەکانی لە هەست و هێز و توانایی، تاوەکو منداڵەکان هەست بە تێکشکان نەکەن٠ تاوەکو لە سەر ترس رانێن٠

١٢- دەبێت بە بیرمان بێت هەموو کارێك پێویستی بە ئارامگرتن هەیە، وە پەروەردەش چاکترینی کارەکانە٠

پەروەردەکردن بە خۆشەویستی:-

پەروەردە شارەزایی و هونەرە وە هەروەها پێویستی بۆ ئیشی پوخت و راهێنانی بەردەوام هەیە، وە بۆ ئەوەی بەختەوەی لە پەروەردەکردنی منداڵەکان بە دەست بهێنی لە سەر باوکان پێویستە بزانێت چۆن ئاوردانەوەی خۆیان دەگۆرن بۆ پەروەردەیەك لە ئاوردانەوەی تووندو تیژی و سزادان بۆ هەست بە خۆشەویستی کردن تا کەش و هەوایەکی لە بار لە.بەختەوەری و دڵنەوایی بەرهەم بێت بۆ هەموو یەکەکانی خێزان٠

ئەو هەستەش لە زۆربەی باوکان دا هەیە، بەڵام بە خێرایی دەگۆرێت و دەگوازرێتەوە بۆ شێوازێکی توووند. یان رەق کاتێك منداڵەکەت بە هەندێ جل و بەرگ دەردەکەوێت٠ یان هەندێك رەوشتی نالەبار دەکات ، ئەمەش هەلەیە٠٠٠٠٠

ئێمەش وا لێدەکات ئەم پرسیارە لە باوکان بکەین ٠٠٠٠

چی دەکەیت کاتێك منداڵەکەت دیت بە هەڵس کەوتێکی نەشیاو وە بە پلەی دوژمنداری بەپەرچت بداتەوە؟

بێ گومان کاردانەوەی باوك دەربارەی ئەو رەوشتانە دەگۆرێت٠ بەڵام زۆربەیان لۆمەی منداڵەکانی دەکات یان سزای دەدات، ماڵەکەش دەبێتە گێژاو و هاتوو هاوار٠ وە تووندوتیژیش لە لای باوکان، وە چۆن دەبێتە دڵنەوایی و بەزەیی؟ بەڵام ئەگەر سەرپەرشتیار لەگەڵ خۆیدا وەستا دەبینێت کە هەموو هەڵەکانی لە سەر منداڵەکەی هەڵگرتووە٠ بیرناکەتەوە لە خۆی ناپرسێت، ئایا پەروەردەم کردووە بە پەروەردە کردنێکی باش؟ یان

هەڵەكان لە پێكهاتەی منە بۆ كەسایەتی منداڵەكە؟

لێكۆڵینەوەكان ئیسپاتیان كردووە كە رەوشتی منداڵ زۆر دەبێتە كاردانەوە بۆئەنجامدانی هەڵە لە پەروەردەكردنی لەو ئەنجامدانانەش ئەمانەی خوارەوەن:-

١- سیستەمێكی سادە لە پەروەردەكردن وە نەووتنی ووشەی((نا)) بۆ منداڵەكە، وە هەندێ جار ئەگەر باوك یان دایك دیتی قورسە لە دانانی سنوورێك بۆ رەوشتەكانی منداڵ، بێگومان منداڵەكە بەردەوام دەبێت لە رەوشتەكەی تاوەكو تەسلیمی كەس و كاریان دەبێت.

٢- نەبونی راستگۆیی لە پەروەردە كردن یان بە جووتە لە پەروەردەكردندا، رەنگە دایك و باوك رێكنەكەون لە سەر پێوەرەكانی رەوشت بە روونی و جێگیری.

٣- توندو تیژی دایك و باوك یان یەكێكیان، بێ گومان یەكێك لە دایك باوكەكە رۆڵی دایكایەتی یان باوكایەتی كەمتەرخەم دەكات، بەهۆی داواكاریەكانی ئیش و كار. یان بەهۆی كێشە تایبەتیەكان. یان بە هۆی جیابوونەوە یان ململانێ ی هاوسەرگیری.

٤- ناز پێدانی زیاد وە بە تەنگەوە هاتنی هەموو ئارەزوەكانی منداڵ. یان پاسەوانكردنی زیاتر بۆ دایك و باوك لە هەموو شتێك پاسەوانی دەكەن

٥- هەستكردن بە تاوان، یان چونكە یەكێك لە دایك و باوك لە منالیەوە چاودێریان كردووە و بێ بەش بووە لە هەموو شتێك. وە دەیەوێت بۆ منداڵەكەی هەموو شتێك بە دەست بهێنێت كەوا ئەوان بە دەستیان نەهێناوە.

٦- ئاواتی لە بە داهێنانی جوانی زیاتر بۆ منداڵەكان وە زۆربەری كەسوكارەكان پێشبینی شتی گەورە و بەرز دەكەن بۆ منداڵەكانیان. وە پێشبینی دەكەن كە خاڵی بەهێز لێیان بەدیار بكەوێت بەبێ دیاركەوتنی خاڵی لاواز. ئەنجامەكەش بێ گومان منداڵەكە هەست دەكات كە ئەو تونایەی نیە لە سەر بە تەنگەوەهاتنی پێشبینەكانیان، ئەمەش وادەكات بە شێوەیەكی نەگونجاو هەڵس كەوت بكات.



وە ئەگەر ئەم رەوشتانە روویدا لە پەروەردەکردنی منداڵ پێشبینی لێدەکرێت تووشی زۆر کێشە بێت· یان رەوشتێك کەوا بەدەست هێنانی بەختەوەری لە ماڵدا ئیفلیج دەکات، بۆیە ئەم کارە پێویستی بە تەنگەوە هاتنێکی خێرا هەیە بۆ پاراستن یان چارەسەرکردنی لەم تەنگژانە· وە لە هۆکارەکانی پاراستن و چارەسەر کردن ئەمانەی خوارەوەن:-

١- کارکردن لە سەر بنیاتنانی پەیوەندیەکی پتەو لەگەڵ منداڵ، هەر چەندە خۆشەویستیت بۆ منداڵەکەت زیاتر بیت ئەویش خۆشی دەویت، وە چاکتر رێنماییەکانت قەبووڵ دەکات بۆیە رۆژانە هەندێ کاتت تەرخان بکە بۆ بەخشین بە کورەکەت یان کچەکەت· گرنگیەکی تایبەت لە گەڵی دا قسە بکە ، وە بۆی بخوێنەوە بە تایبەتی پێش خەوتن·

٢- وەڵامی ئارەزووە گونجاوەکانی بدەرەوە، چونکە هەر کاتێك وەڵامی داواکاریەکانی منداڵەکەت دایەوە، پێشبینی لێبکە ئەویش وەڵامی داواکاریەکانت دەداتەوە·

٣- دەسەڵاتدار مەبە، کات و بوار بدە بە منداڵەکەت بۆ دەستپێکردنی رای خۆی لە کاتی دانانی یاساکان، ئەمەش دەبێتە رێزکردنی لە هەستی منداڵەکەت، وە رێگای پێبدە لە دەستنیشانکردن ئەگەر حەزیشت لێ نەبوو· چونکە ئەمانە مافی خۆیەتی·

٤- ببە پێشەنگ، ئەگەر هاتوو ئاراستەکانت بەرەو دەسەڵاتێکی ئەرێنی بوو، بێ گومان منداڵەکەت رێز لە دەسەڵات و بنەماکانت دەگرێت·

٥- پاڵپشتێکی ئەرێنی بە، بێ گومان سوودی هەیە لە پێشکەش کردنی کەل و پەلی ئەرێنی وە بەسوودیشە بۆ منداڵەکەت کاتێك رەوشتێکی باش دەکات·

٦- سزادان، لە چاکترین رێگا کاریگەرەکانە لە کۆتایی هێنانی کێشە· فێرکردنی منداڵ بەو رەوشتەی کە دەیباتە ئەنجامێکی نەشیاو، گرنگ ئەوەیە راستگۆیی هەبێت وە پاشەکشە نەکردن لە بەکارهێنانی رێ و شوێنی توند·

٧- بازدە بە سەر هەندێ رەوشتەکانی منداڵکەت کە لێ ی رازی نیت، بەڵام دەستەواژەی وەك: (تۆم خۆش ناوێت ئەگەر ئەو کارەت کرد) بەکارمەهێنە، رەخنە لە رەفتاری بگرە،



بەڵام رەخنە لە منداڵەکە مەگرە٠

٨- بنەمایەك دابنێ، وە هەروەها بنەماو رێسا دابنێ بۆ منداڵان وا دەکەن زیاتر توانایان هەبێت لە سەر جێ بە جێ کردنی، لە کاتی دانانی رێساکان دەبێت چاودێری ئەو کاران بکرێت:-

- چاودێری جیاوازی تاك لە نێوان منداڵەکان، کەس و کار تونایان هەیە دەستنیشانکردنی ئەو شتەی کە گونجاوە بۆ منداڵەکانیان وە ئەو رێسایانەی کەوا پێویستیان پێ هەیە، وە دەگونجێت لەگەڵ کەسایەتی و ئاستی پێگەیینی٠

- هۆکار لە بنەماو رێساکە دەبێت پێیەوە پەیوەست بێت روونبکەرەوە٠ وە هۆکاری دانانی یاسا و رێسای بۆ باس بکە وا دەکات منداڵەکان زیاتر ئامادە بن بۆ قەبوڵکردنی٠

- پێشبینی گوێ رایەڵی لە منداڵەکەت بکە کاتێك داواکارێکی لێدەکەیت، هەڵس و کەوتەکەت بکە کەوەك پێشبینیت دەکرد، وا مەکە هەست بکات تۆ پێشبینی ئەوەی لێناکەیت٠

٩- پەروەردەکردن بگوازەوە بۆ بەکارهێنانی زمانی خۆشەویستی جیا لەبەکارهێنانی زمانی سزادان و سەرزەنشت کردن، وە بەکارهێنانی خۆشەویستی و دڵنەوایی لە مامەڵە کردن لەگەڵ منداڵەکان جیا لە بەکارهێنانی دڵرەقی و توند و تیژی٠

بێگومان لەمەشدا ئەرکی پەروەردەکردن دەگوازرێتەوە بۆ ساتەکانی بەختەوەری٠

لە هۆکارەکانی پەروەردەکردن بە خۆشەویستی ئەمانەی خوارەوەن:-

ووشەی خۆشەویستی:-

پێویستە هەموو سەرپەرشتیارێك لە خۆی بپرسێت: چەند ووشەی خۆشەویستی لە رۆژێکدا بە منداڵەکانمان دەڵێین؟ وە ئەو وێنەی منالْ وێنای دەکات لە بیرو هۆشی خۆی یەکێکە لە ئەنجامەکانی ئەو قسانەی گوێ لێدەبێت٠ وە ئەو ووشانەی کەوا دەمانەوێت بە

منداڵەکانمان بڵێین یان خێری پێوەیە یانیش نا٠ هەندێك لە باوکان ئەم قسانە بە منالـەکانیان دەڵـێن(بێقیمـەت و بێنرخـی دەکـات، نـاوی دەزرێنێـت، یـان شـتی تـر) ئەمـەش دەبێتـە سەرهەڵدانی زۆر کێشە بۆ منداڵەکان لەوانە: گۆشەگیری، ترس، باوەڕ بەخۆ نەبوون٠

ئاور لێدانەوەی خۆشەویستی :-

منـدالآن هەڵوێسـتەکان پـێش ووشـەکان دەخوێننـەوە، ئەمـەش ئامۆژگاریەکـە بـۆ سەرپەرشتیاران٠ چاوەکانت لە چـاوی منداڵەکـەت بـبڕە لەگـەڵ زەردەخەنەیـەکی سـووك، وە منگە منگ بە دەنگێکی نەبیستراو بـە ووشـەی« فـلان خۆشـتم دەوێـت» پێـی بڵـێ. ئـەم ڕێگایەش کاریگەر و بەرهەمدارە لە سەر پەیوەنـدی نێـوان بـاوك و منداڵـەکان وە یارمـەتی دەدات لەسەر پاراستن و چارەسەر کردنی زۆر لە کێشەکان٠

دەست لێدانی خۆشەویستی :-

زۆر لە لێکۆڵینەوەکان سەلماندوویانە تەنها دەست لێدان هەست دەگۆڕێت بە خۆشەویستی و گەرمی پەیوەندی بەرز دەبێتەوە بۆ بەرزترین پلـە٠ ئەگـەر هـاتوو ئـەم کەسـە بـە دەسـت پیاخشاندن هەستدار بێت٠ وە ئەگەر وویستم قسە لەگەڵ منداڵەکـەم بکـەم یـان ئامۆژگـاری بکەم لە دوو شوێنی لێك دوور دانانیشین٠ چونکە ئەگەر لە شوێنێکی دوور دانیشـتم دەبێـت دەنگی لێ بەرز بکەمەوە٠ بە دەنگی بەرز لێم رادەکات٠



لە باوەشگرتنی خۆشەویستی :-

ئەمە بانگەوازە بۆ باوکان و سەرپەرشتیاران۰ ڕەزیلی مەکەن بە منداڵەکانتان بە باوەش کردنی خۆشەویستی وەك پێویستی خواردن و خواردنەوە و هەوایە، هەر چەندی لێت وەرگرت زیاتر پێویستیت پێی دەبێت۰

ماچی خۆشەویستی :-

ماچ زۆر کاردەکاتە سەر منداڵ، بە جۆرێك هەست بە نزیك بوونەوە و خۆشەویستی دەکات۰ پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت یەکێك لە کچەزاکانی خۆی ماچ کرد۰ یان حەسەن یان حوسێن بوو، ئەقرەعی کوڕی حابس بینی ووتی: ئایا ئێوەش منداڵی خۆتان ماچدەکەن؟!! بە خودا من دە کوڕم هەیە هیچ یەکێکیانم ماچ نەکردووە!! پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت پێیووت:((ئایا پێتی نەداوە کەوا خوای گەورە ڕەحمەتی لە دڵت دەرهێناوە)) ئەی باوکان ماچ کردنی منداڵان یەکێکە لە هێماکانی خۆشەویستی و بەزەیی پێداهاتنەوە۰

لە سەر ئەو بنچینەیەدا پێویستە سەرپەرشتیاران بەپێ ی توانا مامەڵە لەگەڵ هەموو تاکەکانی خێزان بکەن، بزانێت کامەیان لێهاتوون وەکامەیان پێویستی تایبەتی هەیە، بەرنامەی باشیان بۆ دابنێن، وە بزانە خوای گەورە زوڵم لە کەس ناکات هەر چەند ئەگەر کۆسپو تەگەرەش دروست بکات۰ وە ڕازی بوون بە بەشی خوای گەورە و میهرەبان بە پێدانی بەختەوەری. هەتا ئەگەر ئەم کارە پێویستی بە زیاتر ماندووبوون و تێکۆشان کرد۰

ئێستا :

بیرو هەستەکانت بژمێرە لە کاتی بەجێ گەیاندنی ئەرکی هاوسەرگیریت؟

١-............................ .

٢-............................ .

٣-............................ .

ئەگەر بەختەوەریت دۆزیەوە ئەوا هەموو هەنگاوێك لە هەنگاوەکانی ژیانت دادەپۆشێت. بزانە کە تۆ لە سەر ڕێگایەکی دروستی. وە ئەگەر ئێش و ئازارو ماندوو بوونت دۆزیەوە لە بە جێ گەیاندنی ئەرکەکانت. بزانە بە خۆدا چوونەوە هەیە وەك ئەمەی خوارەوە:-

١- دیاری کردنی ئامانجەکانت وە دڵسۆزی لە کارەکانت.

٢- گەشە پێدانی پسپۆریەکانت وە زیاد کردنی زانیاریەکانت.

٣- بزانە پسپۆریەکانت زاڵ دەبێت بە سەر کێشەکانی خۆت و منداڵەکانت.

٤- گەران بەدوای سەرچاوەی داهاتی باشتر، بزانە زەوی خوای گەورە فراوانە.

٥- خۆت رابێنە لەگەڵ ئارامگرتن، چونکە لەگەڵ ناخۆشی خۆشی دێت.

٦- دڵنیابە خوای گەورە زوڵم لەکەس ناکات، بەڵام مرۆڤ بۆ دەروونی خۆی زاڵمە.

٧- لە بیرت بێت((قُلْ لَّن يُصيبَنا إلاّ ما كتبَ اللّهُ لنا)).

((ئەی موحەمەد، پێیان بڵێ هیچمان تووش نابێت تەنها ئەوەی خوای گەورە بۆمانی نوسیوە)).

٨- پێداگیری بکە لە سەر پشت بەستن و پەنابردنە بەر خودای مەزن و دلۆڤان، ئێستا گۆران دەست پێبکە، وە دەگەیتە سەرکەوتن بە یارمەتی خوای گەورە و میهرەبان.

بە کورتی

بەختەوەری بە چەمك و مانایەکی کورت نیە لە سەر شادی و دڵخۆشی یان چێژ وەرگرتن بە هەندێ چالاکی رابواردن، بەڵام بەختەوەری لە بەجێ گەیاندنی کارەکان یان ئەرکەکان روودەدات هەرچەندە ماندوو بوون و هیلاکی تێدابێت٠

هەروەها بەختەوەری لە هاوکاری لە سەر رێك و پێکی کاروباری ماڵ و زامنکردنی پێداویستیەکان روودەدات٠ بۆ ئەوەی بەختەوەری لەو چوارچێوەیە دا بە دەست بهێنین، پێویستە ئەو کەسە فێر بێت کەوا لەگەڵ خەڵکی دەژیت وە لە پێناوی ئەواندا ناژیت بە مانای من چێژ لەوە وەردەگرم کە لەگەڵ ئەواندام خۆم بەختدەکەم لە پێناوتان، وە لێرەدا کاتی خۆش و جێگیر و بەردەوام دەژین و بە سەر دەبەین٠

خۆت تاقی بکەرەوە:-

ئەمەی خوارەوە کۆمەڵێك بەشن پێویستە لە سەر خۆت جێ بە جێیان بکەیت٠ ئەگەر رێککەوتی لە گەڵیدا بەتەواوی نیشانەی((بەڵێ)) لە ژێر هەڵبژاردنەکەت دابنێ، وە ئەگەر رارا بویت لە هەڵبژاردندا ئەوا نیشانەیەك لە ژێر((هەندێ جار)) دابنێ وە ئەگەر رێنەکەوتی ئەوا نیشانەیەك لە ژێر((نەخێر)) دابنێ٠

ز	بەش	بەڵێ	هەندێ جار	نەخێر
١-	ئایا دەتوانیت ماڵەکەت لە پێداویستیە سەرکیەکان زامن بکەیت؟			
٢-	ئایا هەست بە بەختەوەری دەکەیت لە کاتی پارە خرجکردن لە سەر کەس و کارت؟			
٣-	ئایا پێداگری دەکەیت لە سەر فێربوون و راهێنانی کەس و کارت لە سەر رازی بوون و قەناعەت سوپاس گوزاری بۆ خودای مەزن و دلۆڤان؟			
٤-	ئایا تایبەتمەندیە جیاوازەکانی منداڵەکانت دەزانیت؟			
٥-	ئایا گرنگترین کێشەکانی کەوا منداڵەکانت دەبێت، دەزانیت؟			
٦-	ئایا پێداگیری دەکەیت لە سەر پاراستنی منداڵەکانت لە کێشە و گرفتەکان؟			
٧-	ئایا رێگای گونجاو بەکار دەهێنی لە چاندنی تۆوی بەهاکان لەلای منداڵەکانت؟			
٨-	ئایا هەڵدەستی بە پەروەردەکرنی منداڵەکانت بە خۆشەویستی؟			
٩-	ئایا گرنگی بە جیاوازی تاکەکان و شارەزایی تایبەتیەکان دەدەیت؟			
١٠-	ئایا هەست بە بەختەوەری دەکەیت لە بەجێ گەیاندن بۆ هەموو ئەرکەکانت؟			

هەڵسەنگاندن :-

ئەگەر هاتوو هەڵبژاردنەکەت بۆ وەڵامی((بەڵێ)) بوو ئەوا دوو پلە بەدەست دەهێنی، ئەگەر هەڵبژاردنەکەت بۆ وەڵامی (هەندێ جار) بوو، ئەوا یەك پلە بەدەست دەهێنی. بەڵام ئەگەر هەڵبژاردنەکەت بۆ وەڵامی ((نەخێر)) بوو ئەوا هیچ بە دەست ناهێنیت٠ وە دەکرێت وەك ئەمەی خوارەوە خۆت هەڵسەنگێنی:-

پلە	بارودۆخ
لە سفر — ٤پلە	لەبەر هەڵگرتنی بەرپرسیاریەتی لە کێشەکانت ئازار دەکێشیت٠ هەست بە ماندووبوون دەکەیت لە بەجێ گەیاندن لە ئەرکەکانت٠
لە ٥ — ١٠ پلە	تۆ لە سەر یەکەم رێگای دروستی بۆ هەستکردن بە پشوو لەگەڵ هەڵگرتنی بەرپرسیاریەتی وە پێویستیت بە زانیاری زیاترە٠
لە ١١ — ١٥پلە	تۆ لە سەر رێگای سەرکەوتنی٠ بەڵام هێشتا تەگەرە هەیە لە پێگەیینی بەختەوەری لەگەڵ بەجێ گەیاندنی بۆ کارەکانت٠
لە ١٦ —٢٠پلە	تۆ شایانی ئەوەیت هەنگاو بهاوێژی لەسەر رێگای بەختەوەری، پێویستە بەردەوام بیت وە بیگوازیتەوە بۆ هەنگاوی داهاتوو٠

بەشی نۆیەم

زاڵبوون بە سەر ئەو کێشانەی هاوکاتە لەگەڵ ئەرکەکان

- خۆ ئامادەکردن
- کێشەی تەنگژەی دارایی و خەرجی
- کێشە و گرفتەکانی منداڵان
- کێشەی تەماشا کردنی تەلەفزیۆن
- کێشەی دوا خستنی خوێندن و کۆششکردن
- کێشەی نەبوونی پەیوندی و بەردەوامی نێوان تاکەکانی خێزان
- بە کورتی
- خۆت تاقی بکەرەوە

خۆ ئامادە کردن :

ژیان وێستگەی تاقیکردنەوە و گرفتاریە، بێگومان رزگاری دەبێت ئەو کەسەی لە تاقی کردنەوە سەرکەوێت. لە وەرزی پێشوودا قسەمان کرد لە سەر بەختەوەری. چۆن ژن و مێرد بە دەستی دەهێنن، هەتا لە سایەی هەڵگرتنی کێشەکان وە لە ژێر سایەی خەرجی دابێت؟ لەگەڵ ئەوەش هەندێك کێشە روودەدات. ئەمەش یان بە هۆی نەزانینی مرۆڤە یان بیرچوونەوەیە بۆ هەندێك ئیش و کار، یان کەمتەرخەمی بۆ هەندێك ئەرك، یان بە ئەنجام گەیاندنی ئەرکێك بە رێگایەکی هەڵە، لەو حاڵەتەدا هەندێك کێشە روودەدات کە پێویستی بە چارەسەری خێرا هەیە تاوەکو لەبەختە وەری لە ماڵدا نەکوژێت. خۆشەویستی و بەزەیی و دڵنەوایی بگوازرێتەوە بۆ ئازار و ترس و خەفەت.

ئەمەی خوارەوە گرنگترین کێشەکانی بەدواداديێت بۆ هەڵگرتنی بەرپرسیاریەتی. وە چۆن دەکرێ زاڵ بیت بە سەریدا:-

کێشەی تەنگژەی دارایی و خەرجیی:-

کێشەی تەنگژەی دارایی لە یەکێك لە کۆسپ و تەگەرکانی بەختەوەری دادەنرێت. وە لە هۆکارەکانی زۆربەی ناو ماڵەکانە، بێگومان ئەو کێشەیە پێویستی بە چارەسەری هاوبەش هەیە. بە جۆرێك هەموو ئەندامانی خێزان هاوکاری تێدا بکەن، وە ئەمەی خوارەوە ئامۆژگارین بۆ چۆنیەتی مامەڵە کردن لەگەڵ ئەو تەنگژەیە:-

١- ژن ومێرد بە تایبەتی ژن بوودجەی ماڵەوە دابنێت لە سنووری داهاتی جێگیر بۆ خێزان، نەك لە سنووری دەرچوون و سەرفکردن.

٢- دەبێت ژن راوێژ بە هەموو ئەندامانی ماڵەوە بکات لە ئامادەکردنی بوودجەدا.

٣- دەبێت چاو بە بوودجەدا بخشێندرێتەوە ئەگەر کەمی روویدا، بە جۆرێك زۆر بۆند و گرێبەست قابیلی گۆرانە.



٤- دەبێت منداڵەکان مەشق و راهێنانِ بکەن لە سەر ئامادەکردنی بوودجەدا· زۆر لە باوکان باوەریان وایە کورەکان لە زگماکەوە فێری دەبن ئەمەش هەڵەیە· بەلام هەموو پسپۆریکی تازە پێویستی بە راهێنان و فێربوون هەیە·

٥- دەبێت دەستکەوتنی پارە وپوول لە رێگایەکی حەلالەوە بێت، تاوەکو بەرەکەت زیاد بکات و کێشە و کۆسپی لە ناکاو روونەدات·

٦- دەبێ پارە لە شتی حەلاڵ خەرج بکرێت ، تاوەکو هەموو هەست بە چێژ وەرگرتن بکەن لە خەرجیەکەدا·

٧- دەبێت بوودجە لە نێوان ئاستی دەستکەوتن و تێکڕای خەرجیەکەدا بێت· بە جۆرێك نەبێتە زیادەڕەوی یان خەرجکردنی لە رادەبەدەر·

٨- دوورکەتنەوە لە قەرز کردن بە پێ ی توانا، قەرز کردن با بۆ جوانکاری نەبێت·

٩- دەبێت دووربکەونەوە لە خەرجکردنی ئەوانەی پارە و پول پەیدا دەکەن بۆ ئاگاداربوون لە کارەساتە ناخۆشەکانی ژیان، پێویستە بەشێك بۆ پاشەکەوت دابنرێت پەنای بۆ نەبردرێت تەنها لە کاتی تەنگانە.

١٠- دەکرێت ژن هەندێك شتی بچووك لە ماڵەوە دروست بکات، وەك جل و بەرگی منداڵان و حەلوا وە شتی تر کەوا یارمەتی دەدات لە پاشەکەوت کردنی بەشێك لە مەسروفات·

١١- دەبێت هەموو ئەندامانی خێزان بزانێت کەوا خوای گەورە هەندێك خەڵك لە سەر هەندێك باشتر داناوە لە ئازووقە پێدان، دەبێ بزانن چۆن قەناعەت و رازی بوون دروست دەکەن

١٢- لە کاتی تەنگژەی دارایی کەس وکاری ماڵەوە دەبێ دەست بە پارە و پوولەوە بگرن، دەکرێت رۆژێك راهێنانی لە سەر بکرێت لە جۆری دەست پێوەگرتن و دەرچوون لە کاتی ئاساییدا·

١٣- دەبێت کەسوکاری ماڵ پەیوەست بن بە شتە سەرەکیەکانی ئیسلام لە کاتی خەرجیدا«

پێویستیەکان، پێداویستیەکان، شتە نایابەکان»·

١٤- دەبێت دوور کەونەوە بە زیادەڕەوی لە پێویستیەکانی ئێستا لە سەر پێویستیەکانی دوارۆژ چونکە لە دوارۆژ تەنگژە روودەدات·

١٥- دەبێت سەرپەرشتیاری ماڵ دووركەوێتەوە لە زیادەڕەوی لە كار لە سەر حیسابی خێزان و منالّی، دەبێت بزانین هەریەكێك لە ماڵەوە مافی بە سەرەوە هەیە، خۆی سەرقاڵ نەكات بە زۆری ئیش و كار بە بیانووی هێنانەدی شتی جوان.

١٦- هەموو ئەندامانی خێزان دووركەونەوە لە خەرجكردنی پارە و پوول لە سەر بیدعە و داب و نەریتی نەشیاو· هەتا ئەگەر لاسایی كردنەوەش بێت· لاسایی كردنەوەش پاش ماوەیەك دەبێتە نەریت، نەریتیش دەبێتە واجب وە كارێكی زەرووری لە داهاتوودا·

١٧- دەبێت پیاو موڵكی ژن لە موڵكی مێرد جیاكاتەوە بە لەبەر چاو گرتنی هاوكاری و خۆشەویستی بەڵام لە سنووری شەرع و ڕازی هەردوولابێت·

كێشەكانی منداڵان:-

منداڵ نیعمەتێكە لە لایەن خودای گەورە و میهرەبان دەیدا بەو كەسەی كە ئەو دەیەوێت· ئەو بەخشینەش پێویستی بە چاودێری گرنگیدان هەیە تاوەكو ببێتە باشترین شێوە، بەڵام ئەگەر ناتەواویەك یان كەمتەرخەمیەك ڕوویدا لە قۆناغەكانی ئامادەكردنی تەواو پێشبینی دەكرێت هەندێ كێشە یان شپرزەیی لەلایەن منداڵەكان روودات·

ئەو شپرزەییە و پەشێوانەش بە هۆی بوونی ئاراستە كردنی هەڵە لە پەروەردەكردن· لەو ئاراستە كردنانەش:-

ئاراستە کردنی دەسەڵاتداریەتی :-

ئەو ئاراستەکردنە هەندێك لە باوکان بەدوای دەکەون، بە بیانووی ئەوەی ژن و منداڵی موڵکی ئەون، وە مامەڵەکردن لە گەڵیاندا دڵرەقی و توندوتیژی لە هەموو شتێکدا هەڵدەگرێ٠

ئاراستە کردنی زیاد چاودێری کردن :-

ئەو ئاراستە کردنەش ئەگەر هاتوو پێچەوانەی دڵرەقی بێت هەروەها ئەمەش دەبێتە هۆی کێشە، بێگومان منداڵ وا لێدەکات پشت بەستن و ملکەچی باوکیان بێت٠

ئاراستە کردنی خستنە پشت گوێ و کەمتەرخەمی :-

بە جۆرێك باوکان هەست دەکەن کە ئەو ئەرکە بە بەرەکەت یان بە زگماکی پەروەردە دەبێت٠ ئەم ئەرکە گرنگە پشت گوێ دەخەن و کەمتەرخەمی تێدا دەکەن٠ پاشان دەگاتە سزای خۆی٠

ئاراستە کردنی ناز پێدان :-

ئەو ئاراستە کردنەش لە هەندێك باوکان روودەدات لە ژێر بیانوی دابینکردنی هەموو شتێك بۆ کورەکەی، بەوەش نازی هەڵدەگرێ وە پاشان زۆر کێشە روودەدات٠

ئاراستە کردنی دڵرەقی :-

ئاراستە کردنێکی هەڵەیە توندوتیژی و ترس و تۆقاندن بەکار دەهێندرێت لە ئاراستە کردن و رێنمایی دا٠



ئاراستە کردنی دوودڵی و شپرزەیی :-

ئەم ئاراستە کردنەدووانەیی هەڵدەگرێ لە پەروەردەکردندا، ماوەیەك دڵرەقی و توندوتیژیە، ماوەیەکی تر ناز پێدانە، ئەمەش بە گوێرەی هەوەس و ئارەزووی سەرپەرشتیار ، ئەم ئاراستەکردنەش دەبێتە هۆی پشت گوێ خستن لە بنیاتنانی کەسایەتی منداڵ.

ئاراستە کردنی جیاکردنەوە :-

ئاراستە کردنێکی هەڵەیە، بەجۆرێك فەرق و جیاوازی لە نێوان منداڵان بە شێوەیەکی نادادپەروەرانە- وەکو- جیاوازی کور لەگەڵ کچ، یان شتی تر لە جیاکەرەوەکان. ئەمەش دەبێتە هەڵچوون لای منداڵان و زۆری تریش لە کێشە.

مانای شپرزەیی رەفتار لای منداڵان :-

ئەمە کەموکوریە لە رەفتارەکانی منداڵ روودەدات کردەوەکان و ووتەکانیان دەگمەنە یان دوورە لە یەکتر، ئەو شپرزەییانەش:-

١- ورِك گرتن یان یاخی بوون.

٢- درۆکردن .

٣- دزی کردن.

٤- رەفتاری دوژمنداری.

٥- ترس.

٦- هەڵچوون.

٧- میزکردنی خۆنەویست.

٨- خووپێوەگرتن بە تەماشاکردنی تەلەفزیۆن.

٩- دواخستنی خوێندن٠

١٠- نەبوونی پەیوەندی نێوان باوك و منداڵ٠

هەموو ئەو کێشانە دەبێتە هێمایەکی ترسناك بۆ داهاتوو، ئەگەر ئەو کێشانە لە هەر ماڵێك رووبدات دەبێتە هۆکاری نەمانی بەختەوەری لەو ماڵە٠ چونکە ئەوەی بە دوای ئەو رەفتارانەدا بکەوێ هۆکارێکن بۆ سزا، وە توندوتیژی و هەڕەشەکردن دەبێتە ئاژاوە، بۆ هەموو لایەنەکانی خێزان، پاشان ئێش و ئازار بۆ هەمووان روودەدات٠

کێشەی تەماشاکردنی تەلەفزیۆن لەلایەن منداڵ:-

کێشەی تەلەفزیۆن لە زیاتر هۆکارەکان دادەنرێت کەوا سەردەکێشێ بۆ ململانێ ی خێزان، دایك بانگی منداڵان دەکات ئامێرەکە بکوژێنێتەوە، ئەمەش دایکێکی ترە کاتێك هەوڵدەدات دەربازبێت لە هات و هاواری منداڵان تەلەفزیۆنیان بۆ پێدەکات..... وە هەروەها٠

بەڵام ترسناکترین شت ئەوەیە سەرپەرشتیار وا دەروانێت کە تەماشاکردنی تەلەفزیۆن لەو هۆکارانەیە کە پێداویستیەکانی منداڵ تێر دەکات٠

« ماری وین » دەڵێت ئەزموونی تەلەفزیۆن پەیوەندی نیە بە پێداویستیە سەرەکیەکانی منداڵ، ئەمەش زەرەرگەیاندنە بەو پێویستیانە٠

منداڵەکەش بەشێك لە رۆژەکەی دەروات لە چالاکی نەخەوتن وە نە بەیاریش بەڵکو لە جێگایەك لە نێوان ئەمە و ئەویتر، چالاکیەك ژەهر خواردی دەدات بە بابەتەکانی بینراو و بیستراو لەگەڵ ئەو رەفتارانەی کە ئاسایی نین لە نێوان منداڵانی بچووك، وەك بێدەنگی تەمەڵی و خاو و خلیچکی، کەچی منداڵ پێویستی بە گەشەی تواناکانیان هەیە لە سەر ئاراستە کردنی خودی خۆی، تاوەکو فەرمانەکانیان وەك ئادەمیزادەکانی کۆمەڵایەتی بێت٠

ئەمەش بەراووردکردنێکە لە نێوان هەندێك پێداویستیەکانی گەشەی منداڵ وە ئەوەی دژیەتی وەك کاتێکردنێك لە کاتێکردنەکانی تەلەفزیۆن لە سەر منداڵ ئەمەش وەك نمونەیەکە:-



	لە پێداویستیەکانی گەشەی منداڵ		دژیەکەی وەکارتێکردن بۆ تەلەفزیۆن.
١	داوابکرێت ماوەیەك بۆ بەدیهێنانی پەیوەندیە بنچینەکانی خێزان دابنرێت.	١	کەمکردنەوەی ماوەی پەیوەندیەکانی خێزانی.
٢	گەشەپێکردنی تواناکانیان لە سەر ڕووتێکردنی خودی.	٢	یارمەتی بدات لە سەر ملکەچی بە بەردەوامی بۆ بابەتەکانی بینین و بیستن .
٣	دەستکەوتنی شارەزاییەکانی ڕاگەیاندنی سەرەکی (خوێندنەوە، نووسین).	٣	گەشە کردنی زارەکی بە هێز نەکرێت و بەڵکو هەمووی پێشوازیەکی نەرێنی بێت.
٤	بەدەستهێنانی گەشەی ووشیاری ئەقلی بە شێوەیەکی باشتر لە ڕێگای فێربوونی بە جێگەیاندنی دەستی و پیاخشاندن و کردار	٤	ئەمانە بەدەست نەهێندرێت تەنها بە تەماشاکردنی نەرێنی
٥	خەیالی منداڵ بە شێوەیەکی باشتر لە ڕێگای چالاکی خودی بەدیدەهێنێت.	٥	لە ڕێگای چیرۆکە خەیالیەکان ئەم ڕۆڵە نەبینێت کە گەورەکان دایدەنێن دوایی لە تەلەفزیۆن پێشکەشی منداڵان دەکەن.
٦	پێویستی بە دۆزینەوەی لایەنەکانی هێزو لاوازی بۆ کار و یاریکردن.	٦	تەماشاکردن سنوورێك دادەنێ لە تێکەڵبوون لە چالاکی ڕاستەقینە کەوا هەل لە دەستدەدات بۆ تواناکانیان بۆ تاقیکردنەوە و دۆزینەوە.

لەو هۆکارانەی کەوا تەلەفزیۆن ترسناك دەبێت لە سەر منداڵان کاتێك ئەزموونی ژیانیان سنووردارە. چالاکیەکانی ژیانی راستەقینەیان کە بە دوایدادێت یادەوریەکانی تاقیکردنەوکانی تەلەفزیۆن لادەبات وە نەك پێچەوانە، وەك ئەوەی لە ئێستادا هەیە لە بار و زرووفی هەرزەکاران لە سەیر کردنی تەلەفزیۆن.

هەروەها منداڵ تووشی راهاتن دەکات وە توانایان نابێت لە سەر هەست کردن بە رووداوە راستەقینەکان، لە کاتی سەیر کردنی تەلەفزیۆن ووزەیەکی گەورە لە ئامێرەکەوە بەرەو رووت دەردەچێت کەچی تۆ لە حالەتێکی ئەرێنی لە بەرامبەری دانیشتووی، ئەم ووزەیەش دەچێت بۆ ناو لەش و دەروونت، کاتێك ئامێرەکە دەکوژێتەوە وە دووبارە ئەم ووزەیە دێتە دەرەوە. هەندێك منداڵ کاتێك ئامێری تەلەفزیۆن دەکوژێتەوە بۆ هەموو لایەك رادەکەن یان باز دەدەن بە بێ ئامانج، یان روو دەکەنە ئاو خواردنەوە یان نان خواردن یان هات و هاوار دەکەن.

ئەو منداڵەی راهاتووە لە سەر سەیری کردنی تەلەفزیۆن دوا کەوتن لە تواناکەی روودەدات لە سەر داهێنان و دروستکردنی یاری. وە نوسین و خوێندن، وە بە ئەنجامگەیاندنی ئارەزووکان، ئەمەش چالاکین زاڵدەبێت بە سەر منداڵەوە وە گەشە و تواناکانی منداڵ بەهێز دەکات، لەم بارەیەوە مامۆستای پەروەردە (دۆروشی کۆهین) دەلێت: لێیانی دزی: واتە: تەلەفزیۆن- هەڵی سروشتیانە لە گفتوگۆ و یاری کردن و کارکردن، وە کۆسپ و تەگەرە دەخاتە هەلی گەشە کردنیان.

وە هەروەها هەر کەسێك دەیەوێت منداڵەکانی پەروەردەبکات بەپەروەردە کردنێکی دروست، وە بە دەست هێنانی سەقامگیری لە رەفتار و داب و نەریتیان دەبێت تێبکۆشێت لە سەر دەست بەسەرداگرتنی ئەو ئامێرە ترسناکە.

سەرپەرشتیار چۆن زاڵدەبێت بە سەر تەماشاکردنی منداڵەکانیان بۆ تەلەفزیۆن :-

دەکرێت سەرپەرشتیار زاڵبێت بەسەر ئەو ئامێرە ترسناکە وە سەرەتاش زاڵبێت لە سەر خۆی، لە منداڵ قەدەغەی نەکات وە بۆ خۆی شیبکاتەوە، زیاد لەوەش ئەگەر ویستی چارەسەری بکات با پێداگیربێت لە سەر ئەوەی کە هۆکارە بەکار هاتووەکان پلە پلە بێت.

ئەمەی دێت هەندێ ئامۆژگارین کەوا یارمەتی سەرپەرشتیار دەدات بۆ زاڵبوون لە تەماشاکردنی تەلەفزیۆن لە لایەن منداڵان.

١- داخستنی ئامێرەکە بە ئاسانی بەرامبەر منداڵەکان کەوا زۆر تەماشا دەکەن، پێیان دەڵێین لێرە شتی باشتر هەیە دەکرێت بیکەن، بەڵام بە بەکارهێنانی گفتوگۆیەکی هێمنانە دەکرێت لە کۆتایی دا قەناعەت بە لایەنی تر بهێنی، تاوەکو کێشەی سلبی روونەدات لەگەڵ قەدەغەکردنی بە زۆری.

٢- قەدەغەکردنی لە ماوەی رۆژەکانی هەفتەی خوێندن بەبیانووی خوێندنەوە. بەڵام بە مەرجێك لە بریتی ئەم شتی رابواردنیان بۆ زامن بکرێت.

٣- دانانی سنوورێکی کاتی رۆژانە لە کاتژمێرێك یان دووکاتژمێر زیاتر نەبێت بە گوێرەی تەمەن، بە مەرجێك لە هەر بارودۆخێك دا نابێت لە شەو و رۆژێکدا زیاتر لە دوو کاتژمێر بەرامبەر تەلەفزیۆن دابنیشێت، وە نابێت بە تەنیا بەرامبەر ئامێرەکە دابنیشێت، دەبێت سەرپەرشتیار لەگەڵیدا بێت هەندێك هەڵویست و رووداوی بۆ شیبکاتەوە.

٤- رێکەتنێك لە نێوان دایك و باوك بە مەبەستی پێویستی بۆ زاڵبوون بەسەر ئامێرەکە.

٥- هەر کاتێك ژمارەی ئامێری تەلەفزیۆن لە یەك زیاتر بێت ئەوا زاڵبوون بەسەریدا کەمتر دەبێت.

٦- هەر چەند ژمارەی منداڵ لە ماڵ زیاتر بێت توانای چالاکی کۆمەلایەتی زیاتر دەبێت، وە

لە بوونی ٤ — ٥ منداڵ لە تەمەنەکانی جیاواز کاتی درێژتر دەبێت بۆ گەمە و یاری کردن لەگەڵ یەکتر دا٠

٧- دۆزینەوەی چالاکی بوونی زیاتر وە ئاوات و ئارەزووی تر«کشتوکاڵ ، دوورمانی، ڕاوکردنی ماسی، پەروەردەکردنی ماسی، شتی تر»

٨- تەرخانکردنی خەڵاتی وەرزی بۆ ئەو کەسەی کەمتر تەماشای تەلەفزیۆن دەکات لە نێوان ئەندامانی خێزان٠

٩- دابینکردنی شریتی ڤیدیۆیی باش و بەکەڵك بۆ منداڵان، وە سەرپەرشتیار دەتوانێت پێشانی منداڵکانی بدات وە لە بیرو و هۆشیان بچێنێت٠

١٠- هەندێك یاری ئەتاری و کۆمپیوتەر بەکەڵك دادەنرێن، وە یارمەتی دەدات لە سەر ئیش کردن بەو ئامێرانە لە کاتە سنووردارەکان ٠ بەمەرجێك گونجاو بێت لەگەڵ تەمەن٠ وە نابێت پەروەردە بکرێت لە سەر توندوتیژی، یان ئارەزووی هەبێت لە تۆڵەسەندنەوە٠

کێشەی دواخستنی خوێندن و کۆشکردن:-

ژیان جوان و سادەیە،پێویست بەو هەموو ئاڵۆزی و بارگرانیە ناکات زیاد لەوزەو توانا، بە تایبەتی لە هەندێك سەرپەرشتیاری کاروبارەکان، هەروەها هەموو کێشەیەکی نوێ بە هۆی مرۆڤ و رەفتارەکەی دەبێت لە بیرکردنەوە و تێروانینی لە ئەرك و واجبەکاندا، پاشان زۆری ژمارە لە کێشەکان دەبێتە زیاترین ئەرك وەك مۆتەکەیەکی ترسێنەر٠ وە لەو ئەرکە گرنگە بە دوا داچوونی منداڵانن لە فێربوون و بەدەستهێنان و خوێندنەوەدا٠ تاوەکو ئەو ئەرکە بەشەو دەبێتە خەم و بە رۆژیش دەبێتە خەفەت٠ فێربوونیش دەگوازێتەوە بۆ ململانێ ی نێوان منداڵان و سەرپەرشتیاران لە دەستکەوتنی پلە بەرزەکان٠ تاوەکو ئەگەر لەسەر حیسابی کەسایەتی منداڵەکانیش بێت٠ وە زۆر لە هەڵوێست و رووداوەکان کەوا بارودۆخ ئامادەی دەکات بۆ راکردنی بەختەوەری لە ماڵ دا٠وە ماڵیش لە دڵنەوایی و ئارامی دەگوازێتەوە بۆ

جێگای توندوتیژی و پەشێوی و کاردانەوە.

بۆیە ئەوکارە پێویستی بە وەستان هەیە بۆ گۆرانکاری و لە جیاتی دانان لە هەموو کۆمەڵگادا. پێش رووخانی نەوەکان لە جێگای ناگێرتەوە تەنها پاش ماوەیەك لە زەمەن، ئەو شیکارەش بۆسەی داناوە لە گواستنەوەی تێروانینمان بۆ فێربوون لە تێروانینی بەدەستهێنانی پلە بۆ چەمکی زانیاری بنیاتنانی کەسایەتی، بۆ ئەوەی ببێتە بەرهەمێکی باش بۆ ژیان وە بەجێ گەیاندنی ژیانی زانستی. وە دەتوانێت خزمەتی وولاتەکەی و خۆی و ئایینەکەی بکات.

لەم بارەیەوە دکتۆر (سەمێر یونس) دەڵێت: بڕوامان وایە کە پلە گرنگیەکی ئەوتۆی نیە کەوا بەدوای کەوتووین، بەڵام ئەو شتەی زیاتر گرنگە بریتی یە لە دروستکردنی ئارەزوو و توانا لە سەر کار بە چاکی و بە بەردەوامی و کۆڵنەدان لە کورەکەت وە بەستنەوەی بە هەر کارێك تا ئەو کاتە تەواوی دەکات. چونکە ئەگەر ئەو چەمکە ئەخلاقیەی دەست کەوت بۆ کارکردن ئەوا سوودی پێدەگات لە ژیانی خوێندنی و دوارۆژی. وە لە سەر پێویستە ئەگەر ئارەزوو دەکەیت لە باشتر کردنی ئاستی خوێندنی منداڵەکەت هەموو رۆژێك کاتێکی باشی پێببەخشە بۆ چاودێری کردن لە ئەکەکانیدا.

لەوانەشە قوتابیەکە هۆکار بێت لە بەدەست نەهێنانی پلەی بەرز، بەڵام بارودۆخەکە لە دەرەوەی وویستی ئەوە، وەك بارودۆخی تەندروستی یان دەروونی یان شتی دیکە. هەرچۆنێك بێت بۆ هەستانەوە بە ئاستی منداڵەکەت. وەچارەسەری کێشەکەی بەمانەی خوارەوە ئامۆژگاریت دەکەم:-

١- هەردەم سوور بە لە سەر دۆزینەوەی پاڵنەرێك بۆ منداڵەکەت بە بیرکردنەوە و ئاگادار بوون، وەپاڵنەریش دوو جۆرن: ناوەوە ئەوەش بەهێزە، وەك ئەوەی خۆشەویستی زانست بچێنین لە ناخی منداڵەکە وەك عیبادەت کردن بۆ خودا.

جۆری دووەم:- دەرەوەیە، وەك خەڵات و بەخشین و هاندان بۆ وویستنی ئارەزووەکان، تۆ باش



دەزانیت منداڵەکەت حەزی لە چیە.

٢- کورەکەت رابێنە خوێندنـەوە و کۆششـکردنی دەسـتپێبکات بـە خوێنـدنی هەنـدێك لـە قورئانی پیرۆز. هەتا ئەگەر بە ئایەتێك یان فاتیحەیەك، پاشان ئەم دوعایە بکە: «اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً، وأنت تجعل الحزنَ إن شئت سهلاً» . « خودایە هیچ کارێـك ئاسان نیە تەنیا ئەوەی تۆ ئاسانت کردووە، وە هەر تۆشی خەم و خەفەت سووكو ئاسـان دەکەی ئەگەر بتەوێ».

٣- کورەکەت رابێنە کەوا خۆی ئامادە بکات بۆ بیرکردنەوە، ئەمەش بە تاقیکردنەوەی کاتی گونجاو، بە جۆرێك ماندو وبێزار و بێتاقەت و دڵتەنگ و خەمبار نەبێت. دەبێـت خـۆی رابێنێت کەوا کۆشش بکات بۆ شیکار کردنـی کێشـەکانی پـێش لەبـەر کـردن، وەکـو دەسپێشکەری بکات بە ئاشتبوونەوە کێ شەری لەگەڵدا دەکات، یـان پـەنا بباتـە بـەر یەکێکی لە خۆی گەورە تر کە باوەری پێبێت لە ئەندامانی خێزان یان خزمو کەسی یـان هەتاکو خەمەکانی لە سەر کاغەز بنوسێ لـە نێـوان خـۆی و دەروونـی ئەگـەر کەسـی نەدۆزیەوە کێشەی خۆی بۆ ئاشکرا بکـات. وە لـەو نوسـینەیدا هەناسـە هەڵکێشـان و پشوودانە بۆ دەروون، وە لە وانەیە لە دەرووندا پشوو بدات وە بڵاوکردنەوەی خەمـەکانی لەو کاغەزەدا، وەدەکرێت پاش بەدەست هێنانی ئامانجەکە کاغەزەکە بدرێنێت، ئەمەش پشووی دەروونە و خۆئامادەکردنیشە بۆ گفت و گۆو کۆششکردن.

٥- ئامادەکرنی جێگایەك بۆ بیرکردنەوە. ئەمـەش بـۆ زاڵبـوون بەسـەر ژاوە ژاو، وە بـەدوا داچوونی بنچینە رۆشن و دورستەکان. بۆ بیرکردنەوە دەبێت رووناکیەکـە لای چـەپیەوە بێت. ئەوندەش بێهێز نەبێت خەوبیباتەوە. یان چـاو لاواز بکـات، یـان دەمـاری گـرژ بکات، یان ببێتە هـۆی رق لێبونـەوە و دوورکەوتنـەوە، یـان تـەرکیز کردنەکـەی لاواز بکات، وە نابێت چاو رەشکە وپێشکەی بکات و ماندووی بکات و کاریگەری لـە سـەر دەروونی هەبێت. هـەروەها لـە ئامـادەکردنی جێگـادا:- رێکخسـتنی کتێبـەکان، وە



ئامادەکردنی کەل و پەلەکانی کۆششکردن و گفتوگۆ پێش دانیشتن٠

٦- گرنگیدان بە تەندروستی و خۆراك، وە پێویستە پشکنینی وەرزی تەندروستی بۆ منداڵەکەت بکەیت، ئەمەش کارگەریەکی گەورەی هەیە لە سەر تەرکیز کردن٠

٧- کورەکەت رابێنە لە کاتی برسیەتی یان زۆر خواردن بیرنەکاتەوە، وەنەشخەوێت کاتێك ئەو برسیە یان زۆری خواردووە٠

٨- پێداگیری بکە لە سەر ئەوەی کە کورەکەت بە ئاگاداریەوە دابنیشێت نەك دانیشتنێکی خاو و خلیچکی لە کاتی خوێندنەوە و لەبەرکردن٠ بەشێوەیەکی ستوونی لەگەڵ کەمێك لاری بۆ پێشەوە دابنیشێت٠ نەك بەخوار و خێچی یان بە شکاوەیی، هەروەها لە سەر کورسی دابنیشێت نەك لە سەر شوێنیکی زبر و رەق ئارامی نەبێت لە دانیشتن٠ لەگەڵ دوورکەوتنەوەی خوێندنەوە وکۆششکردن لە سەر قەرەوێلە یان پاڵکەوتن٠

٩- کورەکەت رابێنە لە سەر دەستپێکردنی یاداشتنامەکەی بەچاودێر کردن لە سەر ناونیشانەکان یان بنچینە و بیرو بۆچوونە سەرەکیەکان، پاشان بچێتە ناو درێژەی خوێندن٠

١٠- دووبابەتی چوونیەك یەك بەدوای یەکدا ئەنوسێت لەیەك کاتدا، چونکە دەبێتە هۆی لەبیرچونەوە و تێکەڵکردن٠

١١- گرنگیبدە بە چاوخشاندنەوە بەبابەتەکاندا لە نێوان کاتێك و کاتێکی دیکەدا ئەمەش بە ئاراستەو بەدواداچوون و بەشداری تۆدا دەبێت٠ هەروەها دەکرێت لەنێوان کاتێك و کاتێکی تردا فەرمان بدەیت بۆ پشت بەستن لەسەر نمونە شیکار کراوەکانی لە بابەتی خۆت تاقیبکەرەوە٠ واتە: پاش شیکار کردنی مەشق و راهێنانەکان یان پرسیارەکان بە تەواوی سەیری نمونە شیکار کراوەکان بکات وە بە خۆی راستبکاتەوە٠

١٢- کورەکەت رێنمایی بکە بۆ پێویستی تێگەیشتنی شتەکە واتە یەکەمین جار لەبەرکردنی، چونکە تێگەیشتن خێرایی لەبەرکردن بەدەستدەهێنێت وەسووك و ئاسانیش

دەبێت.

١٣- دەکرێت لەبەر کردنەکەی بەهێز بکەی وە خۆی ماندوو بکات لە ڕێگای هاندانی لە سەر سوود وەرگرتن لە کاتە بەتاڵەکان لە دەستپێشخەری کردن بە چاو خشاندنەوەیەکی بێدەنگ. یان ڕاڤە کردن و لێکدانەوە لەوەی تێگەیشتووە بۆ تۆو بۆ خوشك و براکانی و بۆ هاوڕێکانی.

١٤- کورەت رابێنە کەوا کاتێکی پشوو بەخۆی ببەخشێت لە نێوان ١٠ — ١٥ خولەك لە بابەتی لێکدانەوە و لەبەر کردن دەستبکات بە بابەتێکی تر. هەتا وەکو لە کاتی چاو خشاندنەوەی بابەتەکە زۆر بە سوودە لە هەموو نیو کاتژمێر یان هەر کاتژمێرێك پێنج خولەك پشوو بدات بە گوێرەی ووزە و توانی خۆی.

بەگوێرەی ئەمە دەکرێت منداڵان بپارێزرێ لە توشبوون بە کێشەکانی دەستکەوتن و بیرکردنەوە و لەبەر کردن. هەروەها دەکرێت بۆ منداڵان بە گوێرەی ئاستیان یان توانایان پلە بە دەست بهێنن. وە هەروەها دەکرێت حاڵەتێك لە ئاشتی و خۆشەویستی لە نێوان هەموو ئەندامانی خێزان بەدەستبهێنیت. وە بەختەوەر و ئارامی گشتگیر بکەیت لەوماڵەدا.

کێشەی نەبوونی پەیوەندی و بەردەوامی لە نێوان تاکەکانی خێزان:-

لە هەندێ خێزاندا جیابوونەوە ڕوودەدات وە نەبوونی کاری هاوبەش. ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆ ژمارەیەك هۆکار لەوانە:-

١- سەرقاڵبوونی هەر تاکێك لە تاکەکانی خێزان بە ئەرکەکانی.

٢- نەبوونی چالاکی هاوبەش کە هەموو ئەندامانی خێزان کۆبکاتەوە.

٣- نەبوونی ڕێکخستنی کات وە دانانی کاتێك بۆ یاریکردنی هاوبەش.

وە بۆ ئەوەی پاڵپشتی بەختەوەری بکەیت و زیادی بکەیت لە نێوان منداڵەکان، وە گشتگیری بکەیت لە سەر هەموو ئەندامانی خێزان دەبێت کار بە بەرنامەیەکی بەردەوام

بکەیت وە لەگەڵ منداڵانیش کارەکە تەواو بکەیت.

ئەمەی خوارەوە نمونەیەکە بۆ چوار هەفتە لە چالاکی کەوا یارمەتیدەدات لە سەر دروستکردنی دیوارێك لە پەیوەندی نێوان باوکان و منداڵان:-

شەممە	یەکشەممە	دووشەممە	سێ شەممە	چوارشەممە	پێنج شەممە	هەینی
قسەی لەگەڵدا بکە دەربارەی دراوسێکەتان وە مامەڵە کردن لەگەڵیاندا.	وازی لێبێنە تێبگات چۆنیەتی مامەڵە کردن لەگەڵ ئەندامانی خێزان.	فلچەی وێنەی بچووکی بۆ دابین بکە بابەکاری بهێنێت، وە پارچە کاغەزی رەشنووس رەنگ بکات.	لەگەڵ خۆتی ببە بۆ کتێبخانەی گشتی وە گۆڤاری جوان و بەسوودی بۆ هەڵبژێرە.	هەندێك وێنەو شێوەی دیاری کراوی بۆ وێنا بکە لێبگەرێ با بۆتی ببڕێت.	قسەی لەگەڵدا بکە دەربارەی چۆنیەتی هەڵبژاردنی برادەرەکانی لە قوتابخانە.	پێکەوە سورەتی کەهف بخوێننەوە.
لێبگەری با بە تەلەفۆن پەیوەندی بە خزمەکانی بکات.	بۆ هەموو تاکێکی خێزان قورئانێك دابینبکە بۆ پێشبرکێ کردن لە خوێندنەوەی بە درێژایی مانگێك.	پێکەوە لەگەڵیدا سەیری بەرنامەکانی تەلەفزیۆن بکە و قسەی لەگەڵدا بکە دەربارەی فیلمی سینەمایی.	ناوە ناوە گوێ ی لێبگرە لە ووتنی سروودێك.	چیرۆکێکی بۆ بخوێنەوە پاشان دەربارەی ناوەرۆکەکەی پرسیاری لێبکە.	چاوەکانی بنوقێنە با ناوی ئەو جێگایانە بڵێ کە تیایەتی.	گفتوگۆی لەگەڵدا بکە دەربارەی مێژووی ژیانی سەحابەیەك لەگەڵ باوکی.
شەممە	یەکشەممە	دووشەممە	سێسەممە	چوارشەممە	پێنچشەممە	هەینی
لێگەرێ با یارمەتیت بدات لە کارەکانی چێشتخانە	دڵنیابە لە رێکوپێکی لە کاتی خوێندندا وەك: رێکخستنی کتێبەکان و لەم جۆرە بابەتانە.	لەگەڵ خۆتی ببە بۆ کتێبخانەی گشتی وە گۆڤاری جوان و بەسوودی بۆ هەڵبژێرە.	مەشق و راهێنان لەگەلیدا بکە لەسەر دەنگەکان و ماناکانی.	فێری بکە مامەڵە کردن لەگەڵ کەسانی دیکەدابە بەرێزەوە وە هەستیان بریندار نەکات.	یاری یەکی فۆلکلۆری لەگەڵدا بکە.	گفت و گۆی لەگەڵدا بکە بە ئەدەبەوە گوێگرتن لە وتاری هەینی و بێزار نەکردنی خەڵکانی تر.
هەندێك هێلی راست و چەماوە وێنە بکە لێگەرێ با ئەویش هەمیشە وێنە بکە.	سەردانی پێشانگا بکە بۆ کەل و پەلەکانی کتێبخانە.	لەگەڵیدا هەندێ حەڵوا لەماڵەوە دروست بکە (کێك و ئایس کریم).	لێبگەرێ با لە هۆڵ باز بدات جارێك لە سەر قاچی راست جارێك لە سەر قاچی چەپ وە جارێکی دیکە لە سەر هەردوو پێیەکانی.	لەگەلیدا نەخشەی رێگا لە ماڵەوە بۆ قوتابخانە وێنە بکە لیبگەرێ با بۆتی لێکبداتەوە.	قسەی لەگەڵدا بکە دەربارەی تەلەفزیۆن و لە بری دانانەکان.	فێری بکە لە سەر چۆنیەتی بەکار هێنانی مقەس بە رێگایەکی بێ زیان و متمانە پێکراو.

بەكورتی:-

پێویستە ژن و مێرد زانیاریان هەبێت كەوا ژیان پێویستی بە كاركردن هەیە٠ حەڵواش پەیانابێت ئەگەر لە سەر ئاگر دانەنرێت٠ وە بەختەوەریش نابێت ئەگەر ماندوو بوون بەخشینی تێدا نەبێت٠ منداڵانیش تووشی شادی نابن بۆ باوكان بە بێ ئامادەكردنو ماندوو بوون لەلایەن باوكەكان، ماڵیش نابێت بەبێ پەیوەندی وبەردەوامی٠ بۆیە دەبێت ژن و مێرد هەر یەكەیان پێداگری بكەن لە سەر بەجێ گەیاندنی ئەركەكەیان بە چاكترین شێوە وە كردنی ئەو كارانەی دەبنە هۆكار بە پاراستنی منداڵ لە كێشە٠ هەروەها روكنێكی گەورە لە روكنەكانی ماڵێكی بەختیار بە دەست دەهێندرێت٠

خۆت تاقی بكەرەوە:-

ئەمەی خوارەوە كۆمەڵێك بەشن پێویستە لە سەر خۆتیان جێ بە جێ بكەیت٠ ئەگەر لە سەری رێكەوت بە تەواوی نیشانەی (بەڵێ)٣٥١

لە ژێر هەڵبژێرداوەكە دابنێ٠ وە ئەگەر بە گومان بوویت لە هەڵبژاردنەكە ئەوا نیشانیەك لە ژێر(هەندێ جار) دابنێ٠ بەڵام ئەگەر رێكنەكەوتی ئەوا نیشانەیەك لە ژێر (نەخێر) دابنێ٠

ز	بەش	بەڵێ	هەندێ جار	نەخێر
١	ئایا کۆسپو تەگەرەکانی ژیانی بەختەوەری دەزانیت؟			
٢	ئایا دەتوانیت سەرکەویت بە سەر کێشەی خەرجیی دا؟			
٣	ئایا دەتوانیت زاڵ بیت بە سەر کێشەی تەلەفزیۆن لەگەڵ منداڵان؟			
٤	ئایا دەتوانیت زاڵ بیت بە سەر کێشەی گفت وگۆ و لێکدانەوە و لەبەر کردن بۆ منداڵان؟			
٥	ئایا دەتوانیت زاڵ بیت بە سەر کێشەی جیابوونەوە لە نێوان ئەندامانی خێزان؟			
٦	ئایا چالاکیەکی جێگیر و هاوبەش هەیە پاڵپشتی بکات لەبەر دەوامی لەگەڵ منداڵان؟			
٧	ئایا دەتوانیت رەفتاری خۆت چاکبکەیت لە پەروەردەکرنی منداڵان؟			
٨	ئایا هەست دەکەیت کەوا بەختەوەری یاوەرە لەگەڵت لە بەجێ گەیاندنی ئەرکەکان؟			
٩	ئایا کەسی دیکە یارمەتیت دەدات لە سەر بەجێگەیاندنی ئەکەکەی لە سەر جوانترین شێوە؟			
١٠	ئایا هۆکارەکانی پەروەردەکردنێکی داهێنەر لەبەدواداچوون و ئاراستەکردنی منداڵەکان بە کاردەهێنی؟			

هەڵسەنگاندن :-

ئەگەر هاتوو هەڵبژاردنەکەت بۆ وەڵامی (بەڵێ) بوو ئەوا دوو پلە بە دەست دەهێنی، وە ئەگەر هەڵبژادنەکەت وەڵامی (هەندێ جار) بوو ئەوا یەك پلە بە دەست دەهێنی، وە ئەگەر هەڵبژاردنەکەت وەڵامی (نەخێر) بوو ئەوا هیچ بە دەست ناهێنی٠

دەکرێت خۆت وەك ئەمەی خوارەوە هەڵسەنگێنیت:-

پلە	حاڵەتەکە
لە سفر- ٤پلە	تۆ ئازار دەکێشی لە کۆسپو تەگەرە و کێشەی زۆر لە ژیانی خێزانیت٠
لە ٥- ١٠پلە	تۆ لە سەر یەکەم ڕێگای دروستی بۆ زاڵبوون بەسەر کێشەکانی دادێ بۆ هەڵگرتنی بەرپرسیاریەتیەکان٠ وە پێویستیت بە زانستی زیاتر هەیە٠
لە ١١- ١٥پلە	تۆ لە سەر ڕێگادادەڕۆیت، بەڵام هێشتا کۆسپ هەیە لە پێگەیینی بەختەوەریت لەگەڵ بەجێگایەندیت بۆ فەرمانەکان وە پاراستنی خێزانت لە کێشەکان٠
لە ١٦--٢٠پلە	تۆ شایەنی هەنگاو هاویشتنی لەسەر ڕێگای بەختەوەری هاوسەرگیری پێویستە بەردەوام بیت، وە بیگوازیتەوە بۆ هەنگاوی دیکە٠

بەشی دەیەم

نموونە لە پەیوەندیەکانی هاوسەرگیری

< سەرکەوتوو وە سەرنەکەوتوو >

- ڕێخۆشکردن

یەکەم:- نمونە سەرکەوتووەکان

- چیرۆك وە پەیرەویکردن
- نمونە لە پەیوەندیەکانی هاوسەرگیری تازەی سەرکەوتوو

دووەم:- نمونە سەرنەکەوتووەکان

- نموونە لەچیرۆکە تازە سەرنەکەوتووەکان
- هۆکارەکانی کێشەکانی خێزان
- ڕێگاکانی پاراستن بۆ کێشەکانی خێزان
- دەرکەوتن و ئاشکرا بوون
- توێژینەوەی مەیدانی
- بەرنامەیەکی ئاسانکاری بۆ ژیانی هاوسەرگیریەکی بەختەوەر
- کۆتایی

ڕێخۆشکردن:

لە جیهانی ئێستاماندا! زۆرێك لە هەڵوێست و ڕووداو وچیرۆکی هاوسەرگیری هەیە کەوا پێویستی بە هەڵوەستەیەکی زانستی هەیە٠ وە لە سەر ئاقڵمەندێکە کە لەگەڵماندا بێت لە باخچەی ژیانی هاوسەرگیری و پەیوەندیەکانی خێزانی تاوەکو ئاوی لێبخواتەوە و لە بەرووبومە خۆشەکەی بخوات و توانا و ووزەی لێوەربگرێت٠ وە یارمەتی بدات لە سەر پەیوەندی ژیانی لە سەر زانست ڕووناکی٠

لە هەمان کاتدا لەو باخچەیە دا گوڵ دەبینێت تووشی سیس بوون هاتووە، لەبەر کێشەکان دەناڵێنێت٠ بافێربێت تاوەکو نەکەوێتە هەڵەی کەسانی دیکە٠

ئەمەی خوارەوە زۆرێك نمونەن لە ژیانی هاوسەرگیری، هەیانە ئیجابین وە هەشیانە سلبین بە ئامانجی فێربوون یان پەیرەوی کردن:-

یەکەم: نمونە سەرکەوتووەکان:-

چیرۆك وە پەیرەوی کردن:-

کاتێك دەمانەوێت فێربین چۆن ژیانی هاوسەرگیری لە سەر هەق دەبێت٠ پێویستە لە سەرمان دەست بگرین بە چاکترین خولقێنەری خودای گەورە، ئەویش گەورەمان پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت٠ کەوا خوای گەورە و دلۆڤان لە بارەیەوە فەرموویەتی: ((وَإِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ)) ٠((بەراستی ئەی محمد تۆ لە سەر خوو ڕەوشتێکی گەورە و مەزنی))٠

ئەمەی دێت نمونەن لە خورەوشتەکانی پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت لەماڵەوەی دا وە لەگەڵ خێزانەکانی ڕەزای خوا لە هەموویان بێت:

- پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت نەدەخەوت تەنها ئەگەر سیواك لای بایە٠ وە کاتێك لەخەو هەڵدەستا بە سیواك کردن دەستی پێدەکرد٠

- پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت بۆنی لە خۆی دەدا تاوەکو خۆشترین بۆنی

لێبێت. هەروەها پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت قژی خۆی دادەهێنا و بە پێ دەڕۆیشت، وە ڕۆنی لە سەری دەدا، وە ڕیشی بە ئاوەوە شانە دەکرد بۆ ئەوەی لە کەشخەترین و جوانترین شێوە بێت.

- پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت لەگەل خاتوو عائیشە رەزای خوای لێبێت دەخەوت وە رازی دەکرت کاتێك لە سووری مانگانە بایە. هەروەها عائیشە لەگەڵ پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت لەیەك تەشت خۆی دەشوشت. دەستپێشخەری دەکرد بۆ جامەکە عائیشە بە پێغەمبەری دەگوت: (بۆمنی لێگەرێ). پێغەمبەریش دروودی خوای لە سەر بێت پێ ی دەگوت(بۆ منی لێگەرێ). لە نێوانیان دەبووە ململانێ لە سەر جامەکە ئەمەش لە پەیوەندیە گیان بە گیانی و رۆشن و بەرزەکانە.

- پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت مامەڵەی دەکرد بە مامەڵەیەکی رێك و پێك، وە بە هەست و نەستێکی جوان هەڵقولابێت بە خۆشەویستی و دڵنەرمی و بەزەیی و بە تەنگەوە هاتن. هەروەها ئاوی لەم شوێنەدەخواردەوە کە عائیشە دەیخواردەوە. وە بە جل و بەرگی خۆی دایدەپۆشی. وە روومەتی خۆی لە سەر روومەتی ئەو دادەنا، وە عائیشەش سەری خۆی لە سەر شانی موبارەکی دەدەنا.

- پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت خۆشەویستی بۆ عائیشە رەزای خوای لە سەر بێت هەبوو کەیفخۆشی لەگەڵدا دەکردو هەستی دەووروژاند بە یاری و سوحبەتی لەگەڵدا دەکرد بۆ ئەوەی یاری لەگەڵدا بکا. بەڵکو لە رۆژانی چەژن و رۆژانی دیکەدا ئامۆژگاری دەکرد. وە بە پێ پێشبرکێ ی لەگەڵدا دەکرد جارێك ئەم پێشدەکەوت وە جارێکیش ئەو. بەڵکو پاڵی بەلاشە و شانیەوە دەنا و بەشداری دەکرد لە خۆشی و گاڵتەو گەپ و پێکەنینی لە وێنەیەکدا هیچ شتێك لەو جوانتر نەبوو.

- لە دوا خۆشەویستی بۆی پێداگیری دەکرد لە سەر ئەزیەت نەدانی، وە لە کاتی پێویستیدا بەرگری لێدەکرد، ئەگەر نەخۆش کەوتبایە بەرزی دەکردەوە، بەڵکو لە کاتی

نوستنیدا دایدەپۆشی بە شێوەیەکی نەرم و نیان، وە پێداگری دەکرد لە لێل نەکردنی ئارەزووکانی٠ هەروەها پێداگیری دەکرد لە سەر ئەوەی کە هەست بە بێتاقەتی نەکات یا تووشی ترس بێت. بە ووردی تێبینی دەکرد، لە ئاماژە کردن و هیماکردنەکەی تێدەگەیشت و ئەویش هەروەها٠

- پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت چاودێری قسەوکرداری دەکرد، وە بە عائیشەی دەفەرموو: ((يا عائشة إني لأعلم إن كنتِ عني راضية وإذا كنتٍ عليّ غضبى)) واتە: ((ئەی عائیشە، من دەزانم کاتێك کە تۆ لێم ڕازی دەبیت وە دەشزانم کاتێك لێم توورە دەبی))٠

عائیشە دەیفەرموو: ئەمە لە کوێ دەزانیت؟

پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت دەیفەرموو: ((أما إذا كنتِ عني راضية فإنَكٍ تقولين: لا وربّ محمد٠ وإذا كنتٍ عني غضبى تقولين: لا وربّ ابراهيم)) واتە ((کاتێك لێم ڕازی دەبیت تۆ دەڵێیت: نەخێر سوێند بە خودای محمد٠ بەڵام ئەگەر لێم توورە بیت دەڵێیت: نەخێر سوێند بەخودای ئیبراهیم))٠

عائیشە ڕەزای خوای لێبێت فەرمووی: بەڵێ ئەی نێردراوی خوا، ناوی کەس نابەم تەنها ناوی تۆ نەبێت٠

ئەمەش بەڵگەیەیە لە سەر ئەدەب و جوانی خێزانداریەتی بۆ پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت٠ کاتێك عائیشە توورە دەبوو پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت ڕازی دەکرد تاکو پێدەکەنی، ئەمەش بەڵگەیە لە سەر شەفەقەت و خۆشەویستی و چاودێری بۆ عائیشە٠

- پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت بە ووتەیەکی جوان و ناسك بە عائیشەی دەفەرموو: ((ئەی عائیشە ئەوا مردن لە سەرەخۆ و بێ گوێپێدان لە سەرمە، من دەمەوێ تۆ لە بەهەشتیشدا خێزانم بیت٠

بۆیە دەبێت ئێمە بمانەوێت بگەڕێینەوە بۆ مێژووی ژیانی پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت سەیر کەین چۆن مامەڵەی دەکرد لەگەڵ خێزانەکانی، وە بە تایبەتی عائیشە ڕەزای خوای

لێبێت ..... (ئەگەر پیاوان و ئافرەتان سەیری ژیانی پێغەمبەر دروودی خوای لە سەر بێت بکات لەگەڵ خێزانەکانی، بەرنامەیەکی ژیانمان بۆ دادەنێت بەروودانی کۆمەڵگاکەمان هەموو خێر و خۆشیەك· وە خۆشەویستی دڵنەوایی و بەزەیی گشتگیر دەبێت بۆ هەموو ماڵێك· بەختەوەری هاوسەرگیریش بە دەست دێت بە هەموو ماناکانی)

نمونە لە چیرۆکە ئەوینیە تازەکان لە ژیانی هاوسەرگیریدا :-

خۆشەویستی و پێکەوە ژیان :-

ئافرەتێك مندالی نابێت و لەمە دڵنیا دەبێتەوە· مێردەکەی زۆر خۆش دەوێت· داوای لێدەکات ژنێکی دیکە بهێنێت تاوەکو منداڵەکانی بە چاوی خۆی ببینێت، بەڵکو بۆی پەروەردەشیان دەکات · پاش دوو ساڵ گفتوگۆ پیاوەکە داوای لێکرد ژنێکی بۆ هەڵبژێرێت بۆ ئەوەی پێیەوە بحەسێتەوە، چونکە هەردووکیان لەگەڵ یەك دەژیان، چونکە ئەو نەیدەتوانی ماڵێکی دیکە بکاتەوە·

هەڵبژاردن و هاوسەرگیریەکە تەواو بوو بە خاوەنی دین و جوانی وە خوای گەورە پێنج منداڵی پێبەخشی هەموویان لە رەوشت و زانست بەرز بوون « دکتۆرێك، ئەندازیارێك، بازرگانی، زانستی » وە هەموویان بە خێزانی باوکیان دەگوت: دایە گیان·

دایکی راستەقینەیان کۆچی دوایی کرد و خێزانی باوکیان بەردەوام بوو لە پەروەردەکردنی منداڵەکان وە ئەوان لە لوتکەی بەختەوەری و سەرکەوتن دابوون·

باوکیشیان کۆچی دوایی کرد خێزانی باوکیان بەردەوام بوو هەتا ئێستا ئەو بۆ ئەوان هەموو شتێکە پاش ئەوەی هەموویان ژنیان هێنا .... هەموویان لە ماڵی باوکیان لەگەڵ دایکی دووەمیان کۆبونەوە و ژیانیان بە سەر برد·

ئەمانە نمونەی گونجاون بۆ خۆشەویستی و پێکەوە ژیان، وە هەموویان سەرکەوتوون لە هاوسەرگیریان وە لەگەڵ منداڵەکانیان·

هەڵبژاردنێکی باش:-

هەڵبژاردنەکە کۆتایی هات لە سەر بنچینەی ئایین ورازی بوونی هەردوولا بەم کارە، وە بووکەکەش پەسندی کرد، وە کەس و کاری خوازبێنەکە مەرجیان بۆ دوو هەفتە دانا مێردەکەش وەڵامی دایەوە: لای قەدەغە نیە مەرجی خوازبێنیەکە بە بێ بارگە٠ کەس و کاری بووکەکەش جگە لە جل و بەرگەکەی هیچی تریان پێ رانەسپارد٠

هاوسەرگیریەکە لە ماوەی هەفتەیەك تەواو بوو لە بالەخانەیەکی سادە بەبێ کەل و پەلی زۆر و زیادی بێ کەلك٠ هەروەها بە بێ نیشانە، بەڵام تەنها بە یەك جل و بەرگ٠ ژیانیان دەستی پێکرد بە ئەوپەری سادەیی و خۆشەویستی و قوربانیدان بە مووچەی مانگانە(١٢٠) جونەیهی٠ خێر و خۆشیەکی نائاسایی رووی تێکردن و خوای گەورە چوار منالی پێبەخشین وە بە فەزڵی خوای گەورە دەوڵەمەند بوون٠

تاکو پازدە ساڵ تووشی هیچ کێشەیەك نەبوون، بە بەخششی خودای گەورە ئەوەی لەو ماڵەدا دەکرا هەمووی لە بانگەوازی خودا بوو٠

تێبینی:-

باشی هەڵبژاردن و ئاسانکاری لە خوازبێنیدا٠ بەرەکەت و خۆشەویستی و بانگەواز رەحمەت لە هۆکارەکانی خۆشگوزەرانیە٠

بۆ هەموو کەسێك نیاز و مەبەستە:-

هەڵبژاردنەکە بە خاوەن ئاینەوە تەواو بوو لەگەڵ ئەوەش کە ماڵ لە بەرپرسیاریەتی بە رێژەیەکی زۆر٠ بەڵام مێردەکەش ڕزگار کردنی خێزانەکەیەتی پاش ئارامگرتن و قوربانیدان٠ لە نێوانیاندا سەرکەوتن بە دەست هات، کەچی کەس و کارەکە لە خوازبێنیدا یارمەتیان

نەدا· مێردەکەش زۆر سادە بوو، بەڵام مێردەکە زۆر تێکۆشەر و قوربانیدەر بوو· لە ڕێگای کاری خێرو بانگەوازیدا·

ژیانیان لە سەر باشترین ڕێگادا بوو بەبێ کێشەی گەورە تەنها ئافرەتەکە تۆزێك کاڵفام بوو· ڕەنج و تێکۆشانیان کرد و خوای گەورەش منداڵی پێبەخشین·

مێردەکە لە کارەکەی سەرکەوتنی بەدەست هێنا سەرکەوتنێکی گەورەش « ئۆتۆمۆبێل- نۆرینگە- کۆمپانیا- وە حەج و عەمرە»· لە خوا بەزیاد بێ تاوەکو ئێستاش لەخۆشی شادیدان· خودای گەورە بەردەوامیان بکات لە سەریان وە لە سەر ئێمەش بەختەوەری لە دونیا و دوارۆژدا·

ئارام گرتن و پشت ئەستوور بەخوای گەورە:-

خێزان پێکهاتووە لە ژن و مێرد لەگەڵ ئەوەیش کە هێشتا خوای گەورە منالی پێ نەبەخشیون وە لەگەڵ ئەوەی کە باری ئابووری خێزانەکەیان لاوازە کەچی خێزانەکە چەسپاوو شادومانن، ئەو هۆکارە بنەرەتیەش دەگەڕێتەوە بۆ ڕێك و پێکی ژن و مێردەکە بە ئایین و ڕەوشتەکەیان، وە تێکەڵ نابن بەو کەسانەی ژیانیان تاڵ دەکەن، وە پشت ئەستوورن بەوەی خودای گەورە زۆری لایە لە ئازووقە و پێدانی منداڵ·

نمونەی سەرنەکەوتوو:-

نمونەیەکی خۆرئاوا: چیرۆکی سەرنەکەوتنی هاوسەرگیری ئەلیزابیت تایلۆر:-

ئەلیزابیت تایلۆر لە ساڵی(١٩٣٢) لە دایك بووە دایك و باوکی لە بەریتانیا نیشتەجێبوون بەهۆی ڕوودانی جەنگی جیهانی دووەم ڕوویانکردە لۆس ئەنجلۆس·

لە ناوەڕاستی شەستەکاندا ئەلیزابیت شائەستێرەی هۆلیوود بوو· سەرباری ناوبانگیەکەی وەك جوانترین ئافرەتی جیهان بوو، ئەلیزابیت لە ژیانیدا لەگەڵ زنجیرەیەك لە هاوسەرگیری کە

زۆربەیان سەرنەکەوتوو بوو ژیا٠ لە هەرزە کاریدا شووی کرد بە خاوەنی ئوتێلە بەناوبانگەکان نیك هیلتۆن، دوای ئەوە شووی کرد بە ئەکتەر مایکل ولدنج بە نۆزدە ساڵ لە خۆی گەورە تر بوو بەروبوومە هاوسەرگیریەکەیان دوو منداڵ بوو٠

پاش ئەو ئەلیزابیت چووە سەر ئایینی یەهوودی بۆ ئەوەی شووبکات بە مایك توود کەوا ئەویش کوژرا کاتێك لە ناو فرۆکەکەی بوو تێکشکا٠

دووجا مێردی کرد بە ئەکتەری وێلزی، وە پاش ئەوەی ئیدی فیشەر تەلاقیدا ئەلیزابیت دەستی کرد بە پەیوەندیەکی رۆمانسی لەگەڵ ئەکتەری ویلزی ریتشارد بیرتن لەکاتی پێکەوە کارکردنیان لە فلیمە بەناوبانگەکەیان (کیلۆ باترا).

بووە یەکێك لە زۆرترین مێردە بەناوبانگەکان لە ناوەراستی هونەری لە ماوەی ساڵەکانی شەستەکاندا٠

لەساڵی حەفتا و شەش بە تەواوی لە بیرتن جیابووەوە، بەڵام بوونی هەردووکیان لە ناوەراستی هونەر و دەرەوەیدا بووە هۆی ئاشوب و تێکچوونی پەیوەندیەکانی هاوسەرگیریان هەردوو هاوسەرەکە لێك جیا بوونەوە پاشان سەر لە نوێ بوونەوە هاوسەری یەکتر٠

پاش لە ساڵی ١٩٧٦ بە یەکجاری لێك جیابوونەوە٠ وە ئەو کاتە بوو ئەلیزابیت بە گواستنەوەی لە سینەما بۆ تەلەفزیۆن گەلێك سەرکەوتنی بە دەست هێنا لە خەڵاتی ئۆسیکار٠ لاری فۆرتنسکی کارمەندێکی بیناسازی ئەمە مێردی هەشتەمی ئەلیزابیت بوو لە ئەفسانەی هۆلیوود٠ وە مێردی ژمارە حەوت لە ژیانی ئەلیزابیت سیاسەتمەداری ئەمریکی جون وارنەر بوو٠ بەڵام ئەم هاوسەرگیریەش بە جیابوونەوە کۆتایی هات٠

لەو ساڵانەی دوایدا ئەلیزابیت خووی پێوەگرت بە خواردنەوەی کحول و مادە هۆشبەرەکان لە نەخۆشخانەی بیتی فۆرد خەوێنرا، وە لەوێوە چاوی کەوت بە مێردی هەشتەم کرێکاری بیناسازی لاری فورتنسکی٠

ئەمەش ژیانی ئەو گەنجانەیە کە دەیانەویت ئەمە پەیرەو بکەن ، وە سەیری رۆلی

رۆمانسیەکان دەکەن لە سینەماکاندا و خەونی پێوە دەبینن٠ وەدەیەوێت لە هاوبەش ژیانی دا بە دەست بهێنێت٠ بەڵام دووشتی جیاوازن لە نێوان راستی و خەیاڵدا٠ راستەقینەکەی بریتی یە لە کۆتایی هاتن بە ئێش ئازار بۆ ئەمانە یان خۆکوشتن یان خوو پێوەگرتن بە ماددە سرکەرەکان وە هۆشبەرەکان٠ دەژین و دەمرن وە دەگەرێن بەدوای ساتێکی راستی و بەرچاورووونی٠

پاشان ئایا ئەمەیە بەختەوەری کەوا مرۆڤی ئاقڵمەند بەدوایدا دەگەرێت؟ وە بۆچی زۆربەیان ئەو ئافرەتە بەناوبانگ و دەوڵەمەندە بەختەوەریەکەی دۆزیەوە؟ وە بۆچی زۆربەیان پەنا دەبەنە بەر خۆکوشتن وەهەندێکیش پەنادەبەنە بە خووپێوەگرتن بە ماددە هۆشبەرەکان٠ وەهەندێکیش پەنادەبەنە بەر گۆشەگیری و دڵتەنگی و پاشەکشە لە کۆمەڵگا و گۆشەگیری و تەنیایی لە ژیاندا٠

نمونە لە چیرۆکی سلبیەکان یان کێشەتازەکان لە ژیانی هاوسەرگیریدا :-

ووریا بە لە تێکەڵبوونی زیادە ڕەوی :-

ژن و مێرد هەردووکیان پەیوەندی خۆشەویستی و دڵنیاییان بەستووە٠ وە پێکەوە ژیاون لە سەر رێرەوێکی پازدەساڵی٠ خوای گەورە قەدەری وانەبوو منداڵیان پێ ببەخشێ٠ ژیانێکی بەختەوەرانە ژیاون٠ بەڵام لە کاتی تێکەڵبوونیان و بەشداری کردنی هەندێ هاورێییان لە هاوینەهەوارەکاندا هەندێ کێشەیان بۆ پەیدا بوو، بە جۆرێك ژنەکە یەکێك لە برادەرەکانی مێردەکەی بینی گفتوگۆی لەگەڵدا دەرازێنێتەوە بە مامەڵەیەکی نمونەیی مامەڵەی لەگەڵدا دەکات، لێرەدا کێشە دەستی پێکرد بە جۆرێك مێردەکەی وای دەزانی کەوا ژنەکەی پشت گوێ خستووە و گرنگی پێنادات٠ ژنەکەش وای دادەنا کە یەکێکی تر بەختەوەری دەکات و ئەوەی مێردەکەی بۆی بەدینەهێناوە ئەو کەسە دەتوانێت بەدیبهێنیت.

لێردا زۆر کێشەی بچووك هەیە وە ململانێیەکەی نێوان گەیشتووە بۆ جیابوونەوە سەرەرای ئەمەش چەندین نمونەی خۆشەویستی و پەیوەندی سۆزداریان بینیوە.

پاش ماوەیەك ئافرەتەکە شووی بەو پیاوە کرد کە لە مێردەکەی چاکتری دادەنا سەرەرای ئەوەش منداڵی لە زانکۆ هەیە.

ئەو ئافرەتە لەگەڵ مێردە تازەکەی چەند رۆژێکی بەختەوەر ژیا کە نەگەیشتە چەند مانگێك کێشە لەگەڵ منداڵەکان و مێردی تازە دەستی پێکرد، بە مامەڵکردنێکی خراپ لەگەڵیدا، خەونە گوڵینیەکان کۆتایی هات، وە گۆڕا بۆ ئێش و ئازار و دەردی خێزانی.

دوای ساڵێك لە کێشە زۆرەکان لە مێردی دووەمیش بە جیابوونەوە کۆتایی هات، ئەو ئێستا تەلاقدراوە و منداڵیشی نیە، هەموو شتێکی لە دەست دا تاوەکو کەسوکارەکەشی، چونکە ئەوان مێردی یەکەمیان خۆش دەویست.

لە هەمان کاتدا مێردی یەکەم ژنێکی باشی خواست و منداڵیشی لێ پەیابوو، ئەو ئێستا زۆر بەختەوەرە وە ژیانێکی جێگیر و خۆش بەسەر دەبات.

ئەوەی لەم چیرۆکە فێربووین :-

- تێکەڵبوونی هەڵە لە نێوان خێزانەکان کە زۆر ماڵ تێك دەدات.
- رەزابوون بە راستێتی چاکترین رێگاکانی بەختەوەریە.
- ئارامگرتن بۆ مرۆڤ ئارەزووکانت بە دەست دەهێنێ.
- هەڵە لە ساتێکی هەڵبژاردنی خێراو پەڵەکردن روودەدات.

جیاوازی بەهۆی بۆنی ناخۆشی دەمی مێرد روودەدات:-

کێشە دووبارە بووەکان لە نێوان ژن و مێرد لە ماڵێکی رێك و پێك و ئیماندار، نزیکەی هەموو شەش مانگێك کێشە دووبارە دەبێتەوە، بەڵام هەموو جار بە گلیەییەکی جیاواز.... سولح و رێکەوتن لەنێوانیان دەکرێتەوە، پاشان گلەیی دووبارە دەبێتەوە، پاش ماوەیەك لە



نزیکی و گفتوگۆی ژنە لەگەڵ دەستەخوشکەکەی ، دەزانێت هۆکاری راستەقینەی ئەو جیاوازیە چیە، ئەویش ئەوەیە کە بۆنی دەمی مێردەکەی زۆر ناخۆشە٠ ژنەکە دەیویست بیرشێتەوە بەڵام پیاوەکە لەبەری رایدەکرد و گلەیی دەکرد کە ئەو نایەوێت جووت بێت لەگەڵیدا ..... بەڵام کاتێك هۆکارە راستەقینەکەی زانی چوە لای پزیشکی تایبەتی و چارەسەری خۆی کرد... ئێستا نزیکەی نۆ ساڵە هێچ کێشەیەکیان لێ روونەداوە٠

تێبینی :-

چارەسەرکردن هۆکارێکی راستەقینەیە بۆ کێشە٠ وە هیچ کێشە ونیشانەیەك نیە چارەسەر و شیکاری بۆ نەدۆزرێتەوە، با هەموومان بگەرێین بەدوای هۆکارە تووشبووەکان بەبێ جیاوازی و مەترسی٠

مامەڵەکردنی ژن لەگەڵ مێردەکەی کە ژنی بە سەردا دەهێنێ :-

مێرد بەبێ زانینی ژنەکەی یەکەمی کە پەیوەندیەکی باشیشی لەگەڵدا هەیە ژن دەهێنێت، بە ژنێکی زۆر ئاسایی، گرنگی بە خێزانی یەکەمی دەدات و هۆشیاری دەکاتەوە کە ئەوەی پیاوەکەی کردوویەتی حەلال و شەرعیە، بۆ ئەوەی بتوانێت سوود وەرگرێت و دڵنەوایی و خۆشەویستی و هاوورێیەتی و پەیداکردنی منداڵ ببینێت.... نزیکبەوە لێی وە خۆشەویستیەکەی بە دەست بهێنە.... ئەو زۆر ئاقڵمەند بوو زۆر رێك و پێك بوو٠ ئێستا منداڵی کچ و کوری لێ ی هەیە٠

ئەنجامەکە :-

ژنی یەکەم خۆشەویستی و چاودێری لێبەدەست هێنا٠ دووەمیش راستیەکەی بۆ دەرکەوت، چونکە ئەو زۆر شتی لێ داوا کرد بە هیچ شت رازی نەدەبوو، وەزانی جیاوازی لە

نێوان رێبازەكەی وە ئەوەی بە دیاردەكەویٚ ناشاردرێتەوە٠

تێگەیشتنی هەڵە بۆ باڵا دەستی لەلای پیاو:-

كچێك شووی بە مرۆڤێكی ئیماندارو رووخۆش و بالابەرز كرد٠ دوای ئەو لە ناكاو زانیمان ئەو پیاوە هیچ نازانێت لە ئایین و بیروباوەر بەرامبەر ژنەكەی جگە لەو فەرموودەی پێغەمبەر درووودی خوای لەسەر بێت: « لو أمرت أحداً أن یسجد لأحد لأمرتُ الزوجة أن تسجُدَ لزوجها »٠ واتە «ئەگەر فەرمانم بە كەسێك كردایە كەوا كرنۆش بۆ یەكێك ببەن ئەوا فەرمانم بە ئافرەت دەكرد كرنۆش بۆ مێردەكەی ببات»٠

ئەو دەیویست ژنەكەی ببێتە كۆیلەی ئەو٠ ئەو دەسەڵاتدارە و ڕاو داواكاری قەبوڵ ناكات لە سەر هەڵەی زۆر بچووك سزای دەدا بە لێدانێكی توند لە ماوەی شەش مانگی یەكەم لە هاوسەرگیریان، پێمان نەزانی تەنها كاتێك هات بەدەمو چاوێكی شێواو لەگەڵ لێدان٠

ئەنجامەكەی:-

جیابوونەوە پاش ئەوەی خودای گەورە مندالێكیان پیٚ بەخشیبوو، هەروەها ئەمەش بووە گرێیەك بۆ ژنەكە لە هاوسەرگیری، وە نەبوونی دڵنیایی و باوەر بوون بەوكەسانی بەناوی ئایین قسە دەكەن، وەدڵنیا بوو لەوەی كە رەفتاری هەموو پیاوێك وەك رەفتاری مێردەكەیەتی٠

چارەسەری ئێستا:-

گفتوگۆ لەگەڵیدا كۆتایی هات و رازی كرا كەوا تاقیكردنەوەیەكی خراپە، بەڵام سەدەها تاقیكردنەوەی باشیش هەیە، هەروەها زۆر نمونەمان بیرهێنایەوە كەوا بە ئێش و ئازاری كێشە دەیانالاند، جیابوونەوە روویدا پاشان خودای گەورە پیاوی باش و چاكە خوازی بە قیسمەت كردوون و بەخۆشی ژیاون٠

پاش ماوەیەك رێکەوت لە سەر ئەوەی ئەو کەسەی هاتووە و داخوازی پێشکەش کردووە، بیبینێ و کاتێکیشی بداتێ بۆ بیرکردنەوە٠

کێشەی هەڵبژاردنی هەڵە:-

کەسێك خراپی هەڵبژارد، پێنج ساڵ ژیاو بەختەوەر نەبوو، زۆر ئازاری دەکێشا. نەشی دەهێشت جیابێتەوە کە ئەمە عورفێکە، پاشان منداڵێکیان بوو کارەکە زیاتر قورس بوو بە یاسای عورف٠ پاشان بووە دوو منداڵ تاوەکو گەیشتە رێگایەکی داخراو لەگەڵیدا٠

ئەو کاتە جیابوونەوەمان بینی کەوا زۆر زەرەرمەند بوو، تەنها ئەمەش چارەسەرەکەبوو، ئافرەتەکەش منداڵەکانی وەرگرت و شووی کرد بە یەکێکی تر ئێستا لەگەڵیدا بەختەوەرە٠

پیاوەکەش ژنێکی تەلاقدراوی مارەکرد خاوەن ئایین و جوانی٠ خوای گەورە منداڵێکیانی پێبەخشی٠ خودای گەورە بۆی تەعویز کردنەوە٠ بەختەوەری و خۆی جێگای گرتەوە ئەم چاکەیەش هەمووی لە لایەن خواوەیە٠

هەڵەکردن پێش شەوی پەردە:-

پیاوێك کچی خالی خۆی خواست، هەردووکیان رێگایان بە خۆیاندا پێش بنیاتنان- خۆرێکخستن- لەگەڵ یەکتر کۆببنەوە و تێکەڵی یەکتر بن٠ کاتێك دایك و باوکی زاوا بەم کارەی زانی ئامۆژگاریان کرد لە ئەنجامی ئەم کارەدا گوێی ی لێراگرتن بەڵام هیچ لە مەسەلەکە نەگۆرا٠ کە ئەوا زوو هاوسەرگیری دەکەن٠

دوای سێ مانگ کێشە روویدا، پاشان لێك جیابوونەوە٠ جیاوازی و ململانێ لە نێوان دووماڵی خاوەن پەیوەندی و تەندروستی ڕوویدا٠

هۆکار:-

بریتی بوو لە رێگەدانی زاوا بە تێکەڵبوون و کۆبوونەوە لەگەڵ بووك پێش بنیاتنـان٠ بـە جۆرێك ئەم تێکەڵبوونەش رێگا بدات بە جووت بوون٠

خراپی مامەڵەکردنی کەسوکاری مێرد بۆ ژنەکە:-

ژنەکەی زۆر مێردەکەی خۆشدەویست، ئەویش ژنەکەی زۆر خۆشدەویست، هیچ کێشـەیەك لە نێوانیان دا نەبوو تەنها ئەوەی لە هەموو ماڵێکدا روودەدات٠

بەڵام کێشە دێت بە هۆی خراپ مامەڵەکردنی کەسوکاری(دایکی و باوکی) بۆ ژنەکەی لە کاتی لە ماڵ نەبوونی پیاوەکەی٠

زۆر تەحەمولی کرد٠ سوور بوو لە سەر ئەوەی بە کەس نەڵێت تاوەکو لە پێوانـە دەرچـوو بە تەواوی رووخا نەیتوانی چیتر تەحەمول بکات٠ مێردەکە شلەژابوو لە نێوان گوێرایـەڵی بـۆ باوکی و خۆشەویستی بۆ ژنەکەی......

لەگەڵ تێبینی دا باوك سروشتێکی هەیە و ناگۆرێت... هەر جوولەیەکی ئیجـابی لەگـەڵ مێرد بێگومان دەبێتە پچڕان٠

سەرقاڵبوونی مێرد بەبێ خۆئامادەکردنی ژن:-

یەکێك لە ژنەکان دەڵێت:- هاوسەرگیریمان ئاسایی و لاسـایی کردنـەوە بـوو، بـەڵام مـن مێردی خۆم خۆشدەوێت کە گەنجێکە لە سەر رەوشتی ئایین وە ستایش بۆ خودای گەورە٠ بەڵام هەستکردن بە بێزاری و کەساسی خێزان بۆ ماڵەکەم دەستی پێکرد بە تایبـەتی پـاش بـوونی یەکەمین منداڵی کچ، وە پیاوەکە باش بوو کاری دەکرد لە نەخۆشخانەوە نۆبەتچیش بوو هـەر لە نەخۆشخانە دەمایەوە، پاش کارەکەی دەچوو بۆ ئیش و کاری سکاڵاکان، پاشان دەچـوو بـۆ



نۆرینگەی تایبەتی خۆی، زۆرجاران کاتێك لە ماڵ دەبوو لە کاتێکی درەنگ پشکنینی بۆ دەهات یان حاڵەتێکی لە ناکاو داوادەکرا لە ماڵ بێتە دەرەوە، ئەمە ژیانی منە، سەیری کەسانی تر دەکەم خۆزگەیان بۆ دەخوازم، وە سەیری خۆم و باری خۆم دەکەم حەسرەت دەکێشم.

پیاوێك حەز بە گەڕان و ڕابواردن ناکات :-

ژنێك دەڵێت: لە خێزانێکی مامناوەندی گەشەم کردووە، من سێ براو دووخوشکم هەیە، لە ریزی سێ یەمم لە ناو خوشك و براکانم.

لە ماڵەوە سەربەستیم هەبوو لە دەرچوون و سەردان و هاوبەشی کردن لە کاری خێر. پاشان شووم بە گەنجێك کرد لە سەر ئایین و بیرو باوەڕ، خۆشم دەویست پاش چاوەڕوانیەکی زۆر کچێکمان بوو، پاشانسکم پڕبوو بە کۆرپەڵەی دووەم. وە سوپاس بۆ خوا.

بەڵام مێردەکەم حەزناکات بە دەرچوون و ڕابواردن، وای پێ باشترە لە ماڵەوە بمێنێتەوە. دەنووستیش بە چەندەها کاتژمێر هەتاکو لە کاتی مۆڵەتدانیش.

ئەمەش کاریگەریەکی سلبی لە سەرم دروست کرد هەتا یەکێك لە برادەرەکانی داوای کرد سەفەرێك بکەین بەڵام ئەو رەفزی کردەوە، بە بیانووی سەرقاڵبوونی بە ئیش و کار. وە نەچوو بۆ کارەکەش، بە درێژایی رۆژ لە خەوتوویی لە ماڵدا مایەوە، کچە هاورێکەم پەیوەندی پێوەکردم و هەواڵی پرسیم، دامە پرمەی گریان، کێشەیەکی گەورە لە نێوان من و ئەو روویداوە چی بکەم؟ وە بە چی ئامۆژگاری کرد؟

بێگومان ئامۆژگاری بۆ نمونەی ئەو مێردانە دەبێت تێبکۆشن و مافی هەموو خاوەن مافەکان بدەیت. سەفەرکردن و ڕابواردن لە کارە پێویستیەکانە وەگرنگیشە بۆ بەردەوام بوونی ژیان.

هەڵەکانی پیاو لە پیریدا:-

ئافرەتێك ٣٥ ساڵە مێردی کردووە، لە بچووکیەوە چیرۆکێکی تێکۆشەرانە لەگەڵ مێردیدا ژیاوە، لەگەڵی هەستاوە بە پەروەردەکردنی منداڵەکان. دوو کوڕ و دوو کچی هەیە هەموویان هاوسەرگیریان کردووە.

تەلاقی خێزانی کورە گەورەکەیان کۆتایی پێهات پاش ماوەیەك لە کێشەکان لە دادگا.

ئافرەتێکی دیکەی هێنا. لێرە باروگوزەرانی پیاوەکە گۆڕا و زۆر توند بوو لەگەڵ ژنەکەیدا، باوکەکەشیان لەگەڵ ژنی کورەکەیدا خۆی ڕێکخست. هەتا بەشداری کرد لەگەڵیدا بۆ لێدانی داکیان لە بری تۆڵەسەندنەوە بۆ ژنی کورەکەی.

دایکەکە ماڵەکەی جێهێشت و لەگەڵ کوری دووەمی ژیانی بە سەر برد، هەڵچوون و سەرشێتیەکەی وای کرد ئاو و کارەبا لە دایکیان قەدەغە بکات. پاش چەند مانگێك دایکەکە گەرایەوە لای بۆ ئەوەی لەگەڵیدا بژێیت، بەڵام باروودۆخی māددیان زۆر قورس و گرانبوو ئەوەندە پارەی نەدەدا بەشی بکات، وا باشتر بوو ئەوەی هەیە لەگەڵیدا بێت. جاری دووەمیش کێشە روویدا توندتر لەجاری یەکەم .....

پەیوەندی نێوان باوك و خێزانی کورەکەی هیچ پەیوەندی نەبوو بە کاروباری سێکسی بەڵام ئەو ژنە توانی ئەو باوکە وا لێبکات پەیوەندی لەگەڵ خێزانەکەی تێکبدات.

وە پەیوەندی لەگەڵ کورەکەی دیکەشی تێکدا، وە پەیوەندی باوکیان لەگەڵ دوو کچەکەی خۆی دا لە ماڵەوەش دەری کردن....

هەموو هەوڵ و کۆششەکانی ئاشتەوایی بە سەرنەکەوتوویی برایەوە((لیژنەکانی ئاشتەوایی، داواکان، دادگاکان، پەیوەنیەکان....))

ئینجا چی بکەین لەگەڵ ئەو پیاوە؟



لێکدانەوە:-

هەندێك حاڵەت هەیە ئەنجامە بۆ بارودۆخی ژیان وە رەفتارەکانی پەروەردەکردن، کەوا کەسەکە بە درێژایی ژیان ئازاری پێوە دەکێشێ، وە هەندێ جار تەنگژەی دەروونی روودەدات و پارسەنگەکەی ووندەکات،

وای لێدەکات ناتوانێت کاروبارەکان پێوانە بکات، وای لێدێت هەڵەکان یەك لەدوای یەك دەست پێدەکەنەوە· ئەمەش پێویستی بە چارەسەری دەروونی زانستی هەیە بۆ ئەوەی پێوەری راستەقینە بگەرێتەوە وای لێبکات دەربازی بێت هۆکارەکانی کاریگەری سیلبی·

کێشەکان لە کاتی ڕاشکاویدا:-

هەردووکیان ژیانێکی بەختەوەرو هێمانە دەژین، وە هەر یەکەیان ئەویتری زۆر خۆشدەویست، دووکچی جوانیشیان هەبوو، بەڵام ئەو ژنە چیرۆکی خۆی بۆ مێردەکەی گێرایەوە کە ئەو پێش هاوسەرگیری زۆری خۆشدەویست و هیوادار بوو بۆ ئەو بێت· ووتی فلان و فلان هاتنە پێش بۆ خوازبێنیم بەڵام من لەبەر تۆ رەتمکردەوە· پاشان ژنەکە لێی پرسی:ئایا تۆ پێش هاوسەرگیری منت خۆش دەویست؟ وەڵامی دایەوە: وەك خوشکم خۆشم دەویستی تاوەکو هاوسەرگیری هەست و سۆزی خۆشەویستی بەرەو تۆ دەستی پێکرد تاوەکو لێرەوە بووە کێشەو ململانێ· وە هەڵویستی هەست وسۆز گۆرا بۆ هەڵوێستی توونداوتیژی و تووره بوون....

پیاوەکە باوەری وابوو کە نابێت پێش پەیوەندی خۆشەویستی بکات· چونکە ئەوە نابێت ئەو خۆشەویستیە پەیوەندی بە یەکێکی تردوە ببەستێ ئافرەتەکەش سوورە لە سەر ئەوەی پیاوەکە پێش هاوسەرگیری خۆشی ویستووە·زۆر بەڵگەی بۆ دەهێنێتەوە لە سەردان و پەیوەندیەکانی کە لەماڵەوە کردوویەتی بۆ براکەی زۆربەش لەبەر ئەوەی نزیکی یەکتربوون وەخۆشیرین کردن لەلای· هەموو ئەمانە پێش خوازبێنی بوون، کەچی ئەمانە هیچ لە

بیروبۆچوونی مێردەکەی نەگۆری....

چی بە هەردووکیان بڵێین؟

بە ژن ومێردی لەم جۆرەدا دەڵێم: راشکاویش پێویست بە گفتۆگۆیەکی هێمن و لێک تێگەیشتن هەیە، دەبێ هەر لایەنێك بە دوای ووشەیەکی وا بکەوێت لایەنەکەی دیکە رازی بکات٠ وە دەکرێت درۆی رێپێدراو لەو حاڵەتە لەگەڵ پێداگیری لە سەر زیادەرەوی نەکردن لەداواکردن کەلایەنەکی تر نەتوانێت بیهێنیتەدی٠

ژنەکە بەرزخوازی و تامەزرۆی بەرزترە لە مێردەکەی:-

ئاواتە خواز بوو شووبەگەنجێکی خاوەن رەوشت و ئایین بکات، بەڵام لە شارەکەی خۆی بەختی نەبوو، بەختەکەی لە دێهات بوو، کچەکەش خەڵکی شارە، پێی لە جەرگی خۆی ناو چوو بۆ گوند بۆ ئەوەی بژییێت لەگەڵ مێردەکەی، وەقەدەرەکەی بووە سەرەتای کاری خێر بەرێك و پێکی لەو گوندە، وە لە دەزگاکان بوو بۆ کار وە بەرپرس بوولێی ئەوهامایەوە، وە پیاوەکەشی پاڵپشتی بوو لە کاری خێر و چاکە، ئەو لە بەرپرسەکان نەبوو هیچ کاتێکیش پەیوەندی بەبەرپرسیاریەتی نەبوو، ئافرەتەکە زۆر لە پیاوەکە ئاقڵمەندتربوو، وە توانایەکەشی گەورەتر بوو٠ هەموو بەرپرسەکانی دەناسی و مامەڵەی لەگەڵدا دەکردن، بەڵام پیاوەکەی هیچ رۆڵێکی گرنگی نەبوو.... لەوێوە هەندێك کاروباری گرنگ لە رێگای مێردەکەیەوە دەگەیشتە دەست ژنەکەی٠ ئەویش بووە هۆی شپرزەییەکی بەهێز و توونـد تـاوەکو لە توانایـدا نەما بیکات٠ وە دەستیکرد بە تەماشای ژنە بەرپرسەکان و خۆزگەی بەوان دەخواست لە سەر مێردەکانیان کە بەپرسن٠ کاتێك گۆرانکاری لە بەرپرسەکان روویدا ئافرەتەکە لە بەرپرسیاریەتی نەما٠ باوەری وابوو کە مێردەکەی هۆکار بووە لەوەی کە بەرپرس نەبووە٠

چی بەم ژنە بڵێین؟

بە ئافرەتی لەو جۆرە دەڵێم: هەرکەسەو تواناو شارازاییەکی هەیە٠ خوای گەورەش هەندێ کەسی چاکتر داناوە لەهەندێ کەس٠ بۆ ئەوەی ئەم بونەوەرە تەواو و پارسەنگەکەشی ڕێک بێت. ئاشکرێت هەموو ئادەمیزادێك سەرکردە بێت، وە ناشبێت هەموو مرۆڤێك بەرپرسبن، وە هەر کەسە شایانی ئەو شتەیە کە بۆی دروستکراوە، سەیری مێردەکەم دەکەم دەربارەی شتەباشەکانی، بەڵکو تەماشای لایەنی لاوازی ناکەم، خەمبار نابم لە سەر ئەوەی بەرپرس نیە٠ ئەمەش دەبێتە چاکبونەوەو تەندروستی بۆ تۆ لەلایەن خوای گەورەو میهرەبان٠

چەمکی یاخود تێگەیشتنی گوێرایەڵی هەڵە :-

گەنجێك کچێکی کرێکاری خواست، کورەکە باوکی مابوو، کاتێك باوکی مرد دایکی بووە هاوێژەر لە دوور و نزیك: بە مانای لە سەر هەموو شتێك دەوەستا لەوەی ژن و مێردەکە دەیان کرد٠ هەروەها بە ئاشکرا بەدیار دەکەوت کاتێك کورەکەی بیویستایە بچێتە لای ژنەکەی، یان هەتاکو کاتی نوستن ئەو بێوەژنە هەڵیدەکوتا سەریان وەك ئەوەی بەخیلی بەم ساتەیان ببات٠ جاری وا هەبوو خۆی نەخۆش دەکرد٠ ئەو دایکە زمانی جنێو فرۆش بوو، کورەکەش دەترسا لەوەی خوای گەورە لێی یاخی بێت و نالەباری بکات٠ بەڵام ژن ومێردەکە زۆر ئارامگر و پەرۆش بوون لە سەر ئەو بەڵایەی لەلایەن دایکیانەوە٠ خوای گەورە سێ منداڵی پێبەخشین٠ ئەو دایکەش ئەوانی وەك کورەکەی پێوەر دەکرد بە پەروەردەکردنیان کاتێك لە ئیش و کاردابوون٠

چارەسەرکردن لەو کێشەیە :-

خودای گەورە نایەوێت کەس زەرەرو زیانمەند بێت، وەگوێرایەڵی دایك و باوك کارێکی واجبە، وە بەجێگەیاندنی بەرپرسیایەتی لە پاراستنی ماڵ و پەوەردەکردنی منداڵان ئەویش ئەرکە، هیچ ئەرکێك ئەرکێکی ترم لێ قەدەغە ناکات٠ هەوەها لە سەر پیاوەکەش پێویستە

بگەرێت بەدوای کەسێك رێنمایی دایکی بکات و ئاراستەی بکات و دووری بخاتەوە لەو رێگایە، کاتێك دایکی پێویستی بە شتێك بایە دەچووە لای، لەگەڵ پێداگیری لە سەر جێگرتنەوەی تەنیایی و داخستن لەگەڵیدا بە ویژدانی٠

بەڵام ئەگەر دایکی رەتی کردەوە و خۆنەدا بەدەستەوە بۆ ئەم جۆرە چارەسەریانە، بزانە ئەوا نەخۆشە ئاگاداری خێزانەکەت بەلێی، دەستپێشخەری بکە لە دەربازبوونیان پێش ئەوەی لە دەستت دەربچێ٠

هاوسەرگیریەکی ناچۆن یەك:-

کچێکی زانکۆ شووی کرد بە گەنجێکی سەرووی ناوەندی، هەموو کات هەستی بەکەم و کوری دەکرد لە پێش کچەکە، زۆرجار سەیری بروانامەکەی دەکرد کەوا بە سەر دیوارەکەدا هەڵواسرابوو هێشتا بەبروانامەکە دانەمەزرابوو ئاخ لە گوێ گرتن لە قسەکانی دایکی، زۆرجار هەڵدەگەرایەوە سەر خێزانی کورەکەی و ئەویش بەبێ لیکۆلینەوە گوێ ی دەگرت، دەچوو لێیدەدا وەکو ئەوەی دایکی قورئان بێت٠ قسەی راستەو قابیلی گفتۆگۆ نیە٠ لەژنەکەی دەدا بۆ رازی کردنی دایکی وەرازی کردنی ترۆفیزی خۆی کە پیاوە، کاسەی ژنەکە پڕبوو دەستی کرد بە جنێودان قسە پێوتنەوەی مێردەکەی وەك و ئەو، وەدەستی کرد بە گەڕان بەدوا ئیش و کارێك لە دەرەوەی ماڵ بۆ ئەوەی کاتەکەی پێبەسەر ببات کەوا ژیانی ماڵی خۆی بە دۆزەخ دەچواند٠

چارەسەری بۆ کێشەی لەم جۆرە:-

خۆپاراستنو دوورکەتنەوە لە هاوسەرگیری ناچوونیەك بە تایبەتی ئەگەر داخوازی بوو بەبێ زامن بوونی رەوشت و ئایین نەبێت. بەڵام ئەگەر ئایینی تێدا بەرقەرار بوو وە لە خواترسانیشی لەگەڵدا بێت ئەوا ژن و مێردەکە بەرگەی زۆرێك لەو کێشانە دەگرن کە دێتە سەر رێگایان،

لەگەڵ سووربوون لە پێداگیری وە ووریا بوون لەکاری ئەو دایکانەی کەوا دەزانن کورەکەی موڵکی خۆیەتی وە ئەو ئافرەتە هاتووە کورەکەی لێ زەوت بکات، ئینجا هەموو فێڵێك بەکار دەهێنێ بۆ ئەوەی لێکیان جیابکاتەوە.

ژنێك نازانێ مانای هاوسەرگیری چیە:-

گەنجێکی جوان و رێك و پێك ئافرەتێکی شۆخ و دەوڵەمەند مارە دەکات، بەو پارەو پوولەی لە باوکی وەریگرتبوو خۆی زۆر بەرزتر دادەنا لە مێردەکەی، ئەوەی بیویستبایە دەیکرد قسەکردنەکەشی تەنها فەرمان کردن و قەدەغەکردن بوو، کاتێك ئەو پیاوە سەفەری کرد بۆ دەرەوە دوو منداڵیشی لێ هەبوو ئافرەتەکە شوقفەکەی خۆی بەجێ دەهێشت و لای کەس و کارەکەی دادەنیشت، لە پارەی باوکی لە منداڵەکانی خەرجدەکرد و لە پارەی مێردی حیسابی دەکرد و لە پەراوێك دەینووسی، منداڵەکانی بردە قوتابخانەیەکی تایبەتی تاکوو قۆناغی سەرەتایی، کاتێك پیاوەکە گەرایەوە داوای پارەکانی لێکرد نکۆڵی کردو سەربەرزی نواند بە پارەی باوکی، کە ئەو منداڵەکانی ناردۆتە باشترین قوتابخانە. پیاوەکەش سەرەداوێکی گرت بەوەی گوایا لەکاتی سەفەرکردنی پەیوەندی بەستووەبە یەکێکی دیکە بۆیە بەوەوە خێزانەکەی تاوانبار کرد، ئەم دەنگ و باسە لەو شارە بڵاوبووەوە. خەڵك دەهاتن بۆ چارەسەرکردنی ململانێکە. پیاوەکەش بە هیچ رازی نەدەبوو تەنها بە پێدانەوەی پارە و پوولەکە. پاش ئەوەی وازی لە پارەکە هێنا بۆ ئەوەی نەبێتە ئابرووچوون، دوایی هەموو پارەکەی بەتەواوی وەرگرتەوە کە لە پەراوەکە تۆماری کردبوو، ئەو ئێستا کە لە ژێر لە رەحمەتی پیاوەکەیدا دەژیت. هەرچی پێی بڵێت گوێ دەگرێت و ملکەچی دەبێت.

ئەو جۆرە کێشانە رووندەبێتەوە کە هەر کەسێك یەکێك هەڵبژێرێ لە سەر بناخەی پارە و پوول و جوانی و لە بیرکردنی ئایین سەرناکەوێت. بۆیە من پێی دەڵێم: تۆ بە ورووژاندن و کاتێکردن ئەو هیچ پارەو پوول بەدەستناهێنیت، وە ملکەچکردنی ژنەکەت بۆت پاش ئەوەی



تاوانبارت کرد لە کاتێکدا لە هەموو شت بەرێزترە لەوەی مولکی ئێوەیە٠ ئەمەش شتێکی باش نیە وە ناکرێت بەختەوەری رووبکاتە ئەم جۆرە ماڵانە٠

هەڵبژاردنی هەڵە :-

گەنجێك لە منداڵیەوە پەروەردەکراوە لە سەر رەوشت و ئایین، وە قورئانیشی هەموو ئەزبەر کردبوو٠ چالاکیش بوو لە بواری کاری خێر و بانگەواز کردن، کاتێك کاتی ژن هێنانی هات دەچووە هەر ماڵێك بە کێشەیەك دەگەرایەوە، یان جوانی بوو، یان یارمەتیدانی کەل و پەل، وەیانیش دۆزینەوەی وەزیفەیەك بۆ ژنەکە، تاوەکو حاڵەتەکە گەیشتە ئەوەی تووشی ئافرەتێکی سفوور و رێك و پێك نەبوو بە ئایین خەڵك لەو بوارەدا ئاگاداریان کردەوە٠ بەڵام ئەو تەنها ئەی ویست، ئێستا ئەو دوورە لە بانگەوازکردن و کاری خێرو چاکە، وە نەیتوانی هیچ شتێکی لێبگۆرێت، بەڵکو کچەکە کورەکەی گۆری، هەندێ جاریش کاری نەشیاوی دەکرد بۆ دڵ راگرتنی ئەو٠

ئەمەش وانەیەکە بۆ ئەوانەی دەست پاندەکەنەوە بۆ دڵ دەروونیان لە سەرەرۆیی لەگەڵ ئافرەتە سەربەخۆکان، بە بیانووی ئەوەی کەوا چاکی دەکات و دەستی دەگرێت٠ بەڵام ئەنجامەکە پێچەوانەیە، لە هەمانکاتدا هەر کەسێك ئافرەتێکی لە سەر رەوشت و ئایین جێ بهێڵێ٠ ئەوا بەجێدەهێڵدرێت بۆ کەسێك کە رێگای رەوشت نازانێت، وە لە سەریدا زاڵ دەبێت و پاشان زەرەرمەند دەبێت دوو لادا٠

وورد بین بە لە هەڵبژاردن بۆ ئەوەی بڕیارت پاش بیرکردنەوەت درووست بێت٠

زۆرداری و جەورو ستەم :-

گەنجێکی ئەندازیار کچێکی پزیشکی دەرمانزانی مارەکرد ئەو کاتە لە سەرەتای ژیانی دامەزراندیدابوو داهاتیشیان سنووردار بوو، ژنەکەی رازی بوو کەوا لەماڵی باوکی و دایکی و



خوشك و براكانی لە یەك بالاخانەدا بژیت وە یەك گەرماویشیان هەبوو، وە هیچ سەربەستیەكی نەبوو لە جوولەكردندا تەنها لە ژوورەكەی خۆیدا نەبێت. هێشتاش رازی بوو. بە تێپەر بوونی كات ژیانی ماددیان باشتر بوو دەرمانخانەیەكی بۆ خۆی كردەوە پاشان یەكێكی دیكەی كردەوە. هەستا بالەخانەیەكی بۆ بەكرێ گرت، پێنج منداڵی لێبوو، یەكێكیان بە منداڵی دەمرێت، پیاوەكەش داهاتی زۆر باش دەبێت. لەكۆمپانیایەك كاردەكات داهاتەكەی گەورەیە.

بە تێپەر بوونی كات پیاوەكە دەستی كرد بە ئابروو بردن و جوێن پێدان و نەفرەتكردنی خێزانەكەی. بەڵكو لێیدەداو چوونەلای كەس و كارەكەی لێ قەدەغە كرد بە هەموو كەم و كوریەك دەیشكاندەوە. پاشان دەستی كرد بە تەلاق دان یەك لە دوای یەك لە سێیەمیان لە ماڵی مێرد دەری كرد. پاشان گەڕاندیانەوە دوایی خانوویەكی جوانی بە یارمەتی خۆی دروست كرد سەبەخۆ تێیدا ژیا. پاشان لە ماڵەوەش دەریكردو پێیكوت: ئەو جارە گەڕانەوت نیە، تەلاقدانیش نیە تەنها لەوەی كە دەمەوێت تەنازول بكەیت، لەژێر پاڵپەستۆیەكی زۆر رازی بوو تەلاقی بدات بەرامبەر وەرگرتنی شتومەكی هاوسەرگیری و كەل و پەلەكانی چێشتخانە كەوا(١٧) ساڵ پێش ئێستا بۆی كڕیبوو. ئەوا كەل و پەلی زۆر بە نرخ و بەها بوون پاشان تەنها منداڵە(٨) ساڵیەكەی لەگەڵ خۆی برد. وە منداڵكانی تریان لێ قەدەفە كرد. لەگەڵ ئەوەی گەورەكەیان لە پۆلی یەكەمی ناوەندی بوو، مێردەكەی پێی ووت: مافی خۆتە دووهەفتە جارێك بۆماوەی چوار كاتژمێر بیانبینی. وە قەدەغە بوو منداڵەكان بە تەلەفۆن لەگەڵ دایكیان قسە بكەن، پاش داخوازی كردن پیاوەكە ژنێكی تری هێنا، ژنی دووەم خاوەن كێشە بوو هەردەم لە گریان و خەفەتدا ژیانی بەسەر دەبرد تاوەكو ئێستاش بەردەوامە.

قسەکردن لەو کێشەیەدا :-

ئەگەر ئەو رەفتارانە بەتەواوی وویست و ئارەزووی خۆت بوو، ئەوا خوای گەورە تۆڵەسێن و بە توانایە.... لە سەرە خۆیە بەڵام کەمتەرخەمی ناکات.... دەستپێشخەری بکە لە تۆبەکردن و گەرانەوە بۆ ڕاستی پێش تۆڵە سەندنەوە...... وە ئەگەر ئەو کارەیان پێکردی لەو رەفتارە نامرۆڤایەتیانە

· ئەوا بزانە ئەو رەفتارانە لە نیشانەکانی نەخۆشی دەروونیتە زوو برۆ چارەسەری بکە·

نەفامی و پەلەکردن :-

کێشەی کچێك کە بروانامەی دبلۆمی تەکنیکی هەبوو تەمەنی(١٨) ساڵ بوو· شووی کرد بە گەنجێك· دوای پێنچ ساڵ کێشە دەستی پێکرد، پیاوەکە دەڵێت: ئەو گرنگی بە پەیوەندیە تایبەتیەکانمان نادات· واتە: لە پێش خۆی خەریك دەکات بە بەرژەوەندیەکانی ماڵ. وە لە ماڵی باوکیشی گرنگی بە گەرانەوە نادات وەك پێویست (ئەمە قسەی کورەکەیە)، کچەکەش نکۆلی لەو قسەیە دەکات· دوای پێنچ مانگ لە هاوسەرگیری دەریدەکات بەهەموو هۆکارەکانی هەوڵ دەدرێت بگەرێتەوە سەرکەوتوو نابێت لەگەڵ ئەوەش سکپرە، پاش دوو مانگ مندالەکەیان لە دایك بوو، تاوەکو ئێستا پیاوەکە پشتگوێی خستووە نەتەلاقی دەدات وە نەدەیهێنێتەوە ماڵ، دەلێت: من قایلم لە سەر تەلاق وە دەمەوێت بەلام بە مەرجێك هەر یەکێك لە ئێمە ئەوەی ئامادەی کردووە لە شتوومەکی هاوسەرگیری بۆ خۆی ببات· بەمانای: هیچی بۆ نیە تەنها کەل و پەلی مەتبەخ نەبێت هەتاوەکو زێرەکانیشی لێ فرۆشتووە بێ ئەوەی بزانێت، کاتێك ژنەکە دەربارەی ئەمە لیّ ی پرسی ووتی: ئەو کارە تایبەت نیە بە تۆ من بۆ تۆم کریبوو، بە هەر حاڵ ئێستا نەگەراوەتەوە بۆ نە تەلاقیشی داوە، لەگەڵ ئەوەش ئەو ژنە لە خێزانێکی هەژارو سادەیە·

لێکدانەوە لەو جۆرە کێشانە بۆمان ڕووندەکاتەوە نەفامی و نەزانین لە مامەڵەکردن

لەنێوان ژن و مێرد وە نەفامیش لە پەیوەندی سێکسی، ئارام نەگرتن لە سەر ئەوی دیکـە، وە پەوەست نەبوون بە پەیڕەوکردنی ئایین بە بەجێگەیاندنی مافەکانی ئافرەت، وە ئەوەی لە سـەر مێرد واجب کراوە لە مارەکردن، وە هەموو داوایانە نیشانەن بۆ وەڵامدانەوەی لە سـەر بۆچـی لە سەردەمی ئێستا ئەو جۆرە کێشانە روودەدەن؟

ستەم و لادان و تاوان:-

کێشەی کچێك شووی کردووە بە گەنجێك٠ پاش ماوەیەك دەبینیت پەیوەندی پەیوەندی زۆر توونـدە لەگەڵ دایکی، وە قسە لەو پەیوەندیە تایبەتیەمان دەکات بـۆ دایکـی، کچـەکەش زۆر ئـازار دەچێژێ، زۆربەی جار ئەو گەنجە کەدێتە خوارەوە شەوەکەی لە سەر قەرەوێڵەی دایکی تـەواو دەکات بە شێوەیە نیمچە رۆژانە٠ ئێمـەش دەڵـێین: ئەمـە خۆشەویسـتیەکی رادەبـەدەرە بـۆ دایکی، لە کۆتاییدا ئاشکرا بوو ئەوە پەیوەنـدی سێسـکی هەیـە لەگـەڵ دایکـی و لـە سـەر داواکاری ئەو بووە٠ وە سروشتیە ئەمە کۆتایی دێت بە تەلاق پاش ئـەوەی منداڵێکشـی لـێ هەبوو٠ پیاوەکە منداڵەکەی وەرگرت و دەڵێت: یان دەبێ دایکی وەریبگـرێ منـیش خـەرجی ناکێشم، وەیـان پیاوەکـە وەری بگرێـت و منداڵەکـەش شـیرە خـۆرەو تەمـەنی مانگێکـە و تەلاقەکەش تەواو بوو٠ قسە کردن بۆ ئەو کێشانە زۆر قورسە٠ هەریەکە لە کـور و دایکەکـە پێویستی بە چارەسەر هەیە٠ ژنەکەش سوپاسی خوای گەورەی کرد کە رەحمی پـێ کـردو لـەو بەڵا گەورەیەی رزگار کرد٠

بەشی یازدەهەم

پوختەو راسپاردەکان

- رێخۆشکردن.
- هۆکارەکانی کێشەی خێزان.
- ئاشکرابوون.
- لێکۆلینەوەی مەیدانی.
- بەرنامەیەکی کارا بۆ ژیانی هاوسەرگیری بەختەوەر.

- رێخۆشكردن :-

ژیان بەردەوام پێویستی بە شارەزایی و راهێنان هەیە، وە هەموو قۆناغێك لە قۆناغەكانی ژیان پێویستی بە ئامادەكاری و بیركردنەوە هەیە. ئاقلمەندیش ئەو كەسەیە لە هەڵەكانی كەسی دیكە فێربێت، یان سوود لەوانی پێشتر وەرگرێت، هەروەها لە وەرزەكانی پێشوو پێشاندرا ئەو پیلانانەی كەوا یارمەتی لێكۆڵەر دەدات بە بەختەوەری لە ژیانی هاوسەرگیری بۆ گەیشتن بە ئارەزووەكان، لەو وەرزەدا بۆمان ماوەتەوە كەوا پوختەكە روونبكەینەوە كەوا پێ ی گەیشتووین، لەگەڵ روونكردنەوە بۆ لێكدانەوەی چاودێری مەیدانی بۆ بار و دۆخەكانی كۆمەڵگا كەوا ئێستا قسەی لە سەر دەكەین. وە چۆن ماڵ بەختەوەر دەبێت؟ وە چۆن خێزانی باش بەدەست دەهێنیت؟

هۆكارەكانی كێشەی خێزانی :-

لە ماوەی حاڵەت و نمونەكانی پێشوو روونبووەوە كەوا گرنگترین هۆكارەكان كە كێشەكانی هاوسەرگیری تێدا روودەدات ئەمانەن:-

- لاوازی كەسایەتی ژن و مێردیاخود یەكێكیان.
- ئارەزووكردن لە زاڵبوون و رەتكردنەوەی رای جیاواز.
- هەستكردنی یەكێك لە لایەنەكان بە شكاندنەوەی لەكاتی ئاراستەكردن و هەستێكی زیاتر.
- بڵاوكردنەوەی نهێنیەكان كەوا سەر دەكێشی بۆ دەست تێوەردانی هەڵە لە لایەن خزم و كەسوكار.
- جیاوازی خورەوشت و شێوازەكانی، وە تێنەگەیشتن لە یەكتر.
- رِق لێبوونەوەی ژن و مێرد لە یەكتر، چونكە لەكاتی ماوەی خوازبێنی یەكێكیان بە



خەیاڵ کۆشکی لە هەوا بۆ ئەویتر دروست دەکرد.

- لاوازی رۆشنبیری لە پەیوەندیەکانی خێزانی و کۆمەڵایەتی.
- نەبوونی هاوتوانای رۆشنبیری و کۆمەڵایەتی و ژیاری.
- لاوازی پەیوەست بوون بە بنکەکانی شەرعی لە مامەڵەکردندا.
- هەڵبژرادنی هەڵە لە یەکەم کاردا.
- خەرجکردنی بێ بەرنامە، یان جیاوازی لە خەرجکردندا.
- بلاّبوونەوەی داب و نەریتی کۆمەلاّیەتی هەڵە لە ناو هەندێك مالاّندا، وەك: ئاهەنگ گێران یان بۆنەکان کەوا دەبێتە هۆی جیاوازی و ململانێ.
- کاریگەری راگەیاندنی گەندەڵ لە سەر زۆربەی خێزانەکان و تێکدانی پەیوەندی نێوانیان.
- بەرزبوونەوەی بنمیچی ئارەزووەکان زیاتر لە تواناکان.
- لاوازی تێربوونی سێکسی لە لەلایەن یەکێك لە ژن و مێردەکە.
- نەبونی رۆشنبیری سێکسی.
- نەبونی رێکەوتنی سێکسی لە نێوان ژن و مێرد.
- لاوازی تێگەیشتن هەریەکە لە ژن و مێرد بۆ ماف و ئەرکەکانی.
- نەبوونی رۆڵی کۆمەڵگا لە چاودێری خێزان و بلاّوکردنەوەی ووشیاری.
- پاڵپەستۆی ژیانی، وە نەبوونی توانا لە سەرتەواوکردنی پێداویستیە بنەرەتیەکان بۆ خێزان.
- هاوسەرگیری بەزۆر بەبێ ئارەزوومەندی.
- پێداگیری هەریەکە لە ژن و مێرد لە سەر وەرگرتنی مافی خۆی پێش پێدانی ئەرکەکانی.

ڕێگاکانی خۆپاراستن لە کێشەکانی خێزان:-

خۆپاراستن باشترە لە چارەسەر کردن، هەروەها بۆ ئەوەی ژیانێکی هاوسەرگیری بەختەوەر بنیات بنرێ پێویستە ئەم ئامۆژگاریانە بە بیرخۆمان بێنینەوە:-

- هەر لە سەرتاوە یەکێکی باش هەڵبژێرین بۆ هاوسەرگیری.
- ڕێکەوتن لە سەر لێکگەیشتن بۆ مامەڵە کردن لەگەڵ لایەنە جیاوازەکانی ماڵ.
- پەیوەندیەکی پتەو بە خودای گەورە، وە پەنابردن بۆ ئەو لە هەموو کات و زەمانێك.
- رەنگ کردنی ژیانی هاوسەرگیری بە رەوشت و بەها ئیسلامیەکان.
- لێهاتوویی و شارەزایی تایبەت بۆ ژن و مێرد لە کێشەکان دەپارێزێ.
- بە دەست هێنانی هێمانایەتی و خۆشەویستی لە ڕێگای((گفتوگۆی باش- دیاریەکان- زانستی ماف و ئەرکەکان- خۆئامادەکردنی پێشووتر بۆ ژن و مێرد- بانگکردن بە خۆشترین ناوەکان)).
- بلاوکردنەوەی نهێنیەکان، گەمارۆدانی کێشەکان لەناو ماڵ.
- دەرنەچوون بۆ جوانکاریەکان یان سەیرکردنی ئەو شتانەی لەدەستی خەڵکدان.
- پێکەوە ژیان نمونەی ماڵە بەختەوەرەکانە پەیرەوی ئەوان بکە.

لێکۆلینەوەی مەیدانی :-

کارێکی ڕاپرسی بۆ وەرگرتنی لە سەر زۆربەی لە خێزانی میسر کرا نمونەی گەیشتە ٥٠ کەس، لەوانە ٣٠ پیاو، ٢٠ ئافرەت.

ئەمەی خوارەوە نمونەی ئەو ڕاپرسیە بوو کەوا جێ بە جێ کرا:-

ڕا پرسی :-

ئەمەی دێت کۆمەلێك بەشن. ئەگەر ئەو بەشە ڕێکەوت لەگەڵت بە باشی ئەوا نیشانەیەك دابنێ لە ژێر هەڵبژاردنی(بەڵێ) وە ئەگەر بەشەکە تا سنوورێك ڕێکەوت لەگەڵت



ئەوا نیشانەیەك لە ژێر هەڵبژاردنی (تا سنوورێك) دابنێ. وە ئەگەر رێکەوت لەگەڵت بەڵام بەشێوەیەکی سادەو ساکار ئەوا نیشانەیەك لە ژێر هەڵبژاردنی(لاواز) دابنێ، بەڵام ئەگەر بەشەکە رێکنەکەوت بە هیچ جۆرێك لەگەڵت ئەوا نیشانەیەك لە ژێر هەڵبژاردنی (نەخێر) دابنێ.

ز	بەش	بەڵێ	تاسنوورێك	لاواز	نەخێر
١	هەستدەکەم کەمن باشم کردووە لە هەڵبژاردنی هاوبەشی ژیانم.				
٢	هەست بە رازی بوون دەکەم لە کەسایەتی هاوبەشی ژیانم.				
٣	زانیاری زۆر دەزانم لە سروشتی ژن و پیاو.				
٤	گرنگیم داوە بە سنووری شەرع لە کاتی ماوەی خوازبێنی.				
٥	سووربووم لە سەر روودانی خۆشەویستی و نزیکی لەگەڵ هاوبەشی ژیانم.				
٦	رۆژی پەردە بەبێ تاوان لە خودای گەورە تێپەری.				
٧	سوور بووم لە سەر زانستی سێکسی لە چاوگە باشەکان پێش شەوی پەردە.				
٨	هەست بە چێژدەکەم لەکاتی ئەنجامدانی پەیوەندی تایبەتی				

	لەگەڵ هاوبەشی ژیانم.				
٩	هاوبەشی ژیانم ڕێز لە ئارەزووەکانم دەگرێت لە کاتی بە جێ گەیاندنی پەیوەندی تایبەتی.				
١٠	بەبەردەوامی هەوڵی نوێبونەوە دەدەین لە شێوازی پەیوەندی تایبەتیمان.				
١١	بەباشی سروشتی هاوبەشی ژیانم تێدەگەم.				
١٢	بە تەواوی بە ئەرکەکانم هەڵدەستم بەرامبەر هاوبەشی ژیانم.				
١٣	تێدەکۆشم بۆ دوورکەوتنەوەم لە سلبیاتەکانم وە هەڵەکانم لەگەڵ هاوبەشی ژیانم.				
١٤	پێداگیری دەکەم لە سەر خوێندنەوە و ڕۆشنبیری لەگەشەکردنی پەیوەندیە خێزانیەکان.				
١٥	بەرەفتارێکی چاك مامەڵە لەگەڵ هاوبەشی ژیانم دەکەم.				
١٦	دەتوانم پێداویستیەکانی خێزانەکەم دابین بکەم.				
١٧	بەتەواوی بە ڕۆڵی خۆم هەڵدەستم بەرامبەر منداڵەکانم.				

١٨	دەتوانم بـە باشـی کاتـەکانم رێـك بخەم.				
١٩	هەسـت بـە خۆشەویسـتی و دڵنـەوایی دەکـەم لـە پەیوەنـدی خێزانەکەم.				
٢٠	هەست بە بەختـەوەری دەکـەم لـە ژیانی خێزانیم.				

خۆت هەڵسەنگێنە :-

ئەگەر وەڵامەکەت لە سەر بەشەکە بە(بەڵێ) بوو ئەوا سێ پلـە بەدەسـت دەهێنیـت، وە ئەگەر وەڵامەکەت لە سەر بەشەکە بە(تاسنوورێك) بوو ئەوا دوو پلە بەدەست دەهێنیت، وە ئەگەر وەڵامەکەت لە سەر بەشەکە بە(لاواز) بوو ئەوایەك پلە بەدەست دەهێنیت. بەڵام ئەگەر وەڵامەکەت لە سەر بەشەکە بە(نەخێر) بوو ئەوا هیچ بەدەست ناهێنیت.

ئەگەر لە سەر هەموو پلەکان ٥٠ یان زیاترت بـە دەسـت هێنـا، ئـەوا لـە سـەر رێگـای بەختەوەری هاوسەرگیری ژیانتە.

وە ئەگەر لە سەر هەموو پلەکان ٤٠-٥٠ پلەت بە دەست هێنا، ئـەوا لـە سـەر رێگـای بەختەوەریت بەڵام کەم و کوریەك هەیە یان هەندێك کێشە تەگەرە دەخاتە بەردەم بەختەوەری.

ئەگەر لە سەر هەموو پلەکان ٣٠-٤٠ پلەت بـە دەسـت هێنـا زۆر تـەنگو چـەڵەمەت لەبەر دەستدایە بە دەست هێنانی بەختەوەریت لێ قەدەغە دەکات.

ئەگەر لە سەر هەموو پلەکان ٣٠ پلەت بە دەست هێنا، بزانە ژیـانی هاوسـەرگیریت لـە مەترسی دایە، دەستپێشخەری بکە پێش ئەوەی لە دەستت دەربچێت.

ئەنجامی راپرسیەکە:-

بەش	بەڵێ		تاسنوورێک		لاواز		نەخێر	
	کور	کچان	کوران	کچان	کوران	کچان	کوران	کچان
١-	١٢٠	١٤	٥	٤	٣	٢	٢	-
٢-	١٨	١١	٧	٥	٣	٢	٢	٢
٣-	٦	٥	١٥	١٢	٦	١	٣	٢
٤-	١٦	٨	٧	٩	٤	٢	٣	١
٥-	١٩	١٤	٥	٥	٣	١	٣	-
٦-	١٦	١٤	٦	٤	٥	١	٣	-
٧-	١٠	٩	١٠	٥	٥	٢	٥	٤
٨-	١٨	١٢	٧	٥	٣	٢	٢	١
٩-	٢٠	١٣	٥	٥	٤	٢	١	-
١٠-	١٥	١٤	٨	٢	٤	٢	٣	٢
١١-	١٦	١٠	٨	٩	٤	١	٢	٠
١٢-	١٠	٥	١١	١٢	٧	٢	٢	١
١٣-	٧	٦	١٥	١٣	٥	١	٣	-
١٤-	٩	٥	١٤	١٢	٥	٢	٢	١
١٥-	١٥	٩	٨	٩	٥	١	٢	١
١٦-	١٦	٩	١٠	٩	٢	٢	٢	-
١٧-	١٠	٥	١١	١١	٧	٢	٢	٢
١٨-	٤	٤	١٦	١٠	٥	٣	٥	٣
١٩-	١٨	١٠	٥	٨	٤	٢	٣	-
٢٠-	٥	٧	١٣	٩	٧	٢	٥	٢

لێکدانەوەی ئەنجامی ڕاپرسیەکە:- لەماوەی پشکنین و راپرسیەکە روون بوەوە کە هەندێک تێبینی هەیە هێما دەکات بۆ هەرەشە کردنی ماڵەکان و جیگیربوونیان، بۆیە ئاستی بە



دەستهێنانی بە ختەوەری پەك دەخات· وە لەم ووشیار کردەوانەیش ئەمانەن:-

- جۆرێك هەیە رازی نابێت بە ئاستی هەڵبژاردن، بۆیە هەڵبژاردن لە سەر بنچینەی رەوشت و ئایین چاکترین نمونەیە بۆ هەڵبژاردن·

- جۆرێك هەیە چاودێری سنووری خوا ناکات، لە مامەڵەکردنیان لە کاتی خوازبێنی، وە رۆژی پەردە، ئەمەش لە نیشانەکانی مەترسیە·

- جۆرێکی گەورە هەن گرنگی نادەن بە زانستی سێکسی، وەزانیاری تایبەت بە سێکسی کەسانی دیکە پێش هاوسەرگیری·

- جۆرێکی گەورە هەن رازی نابێت بەو بار و دۆخەی کەوا بۆ ئەو گرنگە·

- جۆرێکی گەورە هەیە کێشەیان هەیە لەجێ بە جێ کردنی کاروباری ژیانیان·

- جۆرێکی گەورە هەیە کەم و کوریەکانی دەزانێت لە بەجێ گەیاندنی ئەکەکانیەتی بەرەو خێزانیان·

- جۆرێکی گەورە هەیە دوورە لە رێکخستنی کاتیان وەدانانی ئامانجەکانیان·

لەبەر ئەوە ئەو دیاردانە لە گرنگترین هۆکارەکان دادەنرێت کەوا کێشە یان ململانێ یەکان روودەدات لە ژیانی هاوسەرگیری· وە لەو هۆکارەکانەیە کەوا بە دەست هێنانی بەختەوەری لە هەندێ ماڵاندا پەك دەخات· بۆیە ئەمەیان بانگەوازێکە بۆ چاکسازی و گۆران پێش ئەوەی کێشەکان گەورەتر بێت ئەو کاتە چارەسەری نابێت·

بەرنامەیەکی کارا بۆ ژیانی هاوسەرگیریەکی بەختەوەر:-

بەختەوەری هاوسەرگیری داواکردن و مەبەستە ژن و مێرد هەردووکیان تێدەکۆشن بۆ بەدیهێنانیان، وئەو کاتەی رێزگرتن و دڵنیایی و دابەشکردنی بەرپرسیاریەتیەکان هۆکاری گرنگن بۆ بەدەست هێنانی ئەو بەختەوەریە· هۆکارێکی دیکەش هەیە ئەو بەختەوەریە نوێ دەکاتەوە دڵنیابە لێی وە بیپارێزە ئەمانەش ئەمەی خوارەوەن:-

ژیان ئاسان نیە، یەکێك لە لایەنەکانی ژیان ووروژاندن و چێژوەرگرتنە ئـەوەش تێکۆشـانە لە پێناوی زاڵبوون بە سەر تەنگ و چەڵەمەکان و بەدەست هێنانی سـەرکەوتن٠ تێکۆشـانیش چەند گۆرەپانێکی جیاوازی هەیە٠ وە شـێوەی زۆرن لـە ناومـاڵ و دەرەوەدا، پیـاویش چـەند گۆرەپانێکی تێکۆشانی هەیە هەروەها ئافرەتیش٠

بەڵام هاوبەشی ژیانت جێ مەهێڵـە بـە تـەنها تێبکۆشـێ٠ چونکە خـۆی و تـۆ ژیـانی هەردووکتان پێکەوە ووندەکات٠ بـا تێکۆشـان و رووبـەروو بوونـەوەتان پـیرۆز و لـە پێنـاوی مەبەستێکی پاك بێت٠ مەبەستێکی باش ئامادە بکە٠

ئافرەتێك لە پێناوی سەروەت و سامان شوو بـە پیاوێـك دەکـات، هـەروەها پیاوێـك لـە پێناوی سەروەت و سامان ئافرتێك دەخوازێت، مارەی دەکات بۆ سـامانەکەی وە جوانیەکـەی وە بنەماڵەکـەی وە ئایینەکـەی، کـەوا لـە حەدیسـدا هـاتووە٠ شـوورەییە ئەمـە ببێتـە رێککەوتنێکی باو بەم جۆرە لە ژێر سێبەری پەیوەندی هاوسەرگیری بمێنێتەوە٠ ئەگەر هـاتوو یەکێك لەلایەنەکان فەشەلی هێنا لە بەدەست هێنانی لێکدانەوەی ماددی لە لایەنەکەی دیکە ئەوا هەڵوەشانەوە دەست پێدەکات پاشان جیابوونەوە لەگەڵ خەم خەفەتی زیاتر٠

هەندێك لە زانا دەروونزانەکان وای دەبینن ئەگەر پیاوێك تەنها لـە پێنـاوی گەیشـتن بـە ئامانجەکانی ئابووری ژنێك بخوازێ٠ ئەوا ئەو پیاوە کەم و کوریەکی هەیە لە کەسایەتیەکەی٠ هەروەها خێزانەکەش هەست بەم کەم و کوریە دەکات و ئازاری دەدات٠

دەکرێت هاوکاری هاوبەش هەبێت لـە هـەڵگرتنی بەرپرسیاریەتیەکانی ژیـانی لـە ژێـر سێبەری ژیانێکی قورسدا٠ بەڵام دەبێت بناخەکەی بریتی بێت لە خۆشەویسـتی و رێزگـرتن و دڵنیایی و ئارەزووکردن لە بەخشین دا٠

ڕاستیەکەی ئەوەیە دەبێت بەپرسیایەتی ئابووری بریتی بێـت لەبـەر پرسـیاریەتی کردنـی پیاو بە تەواوەتی ئەگەر توانی، نمونە بۆ فەرموودەی خوای گەورە و میهرەبان :((ألرِّجالُ قوّمُونَ على النِساءِ بِما فَضَلَ اللهُ بَعضَهُم على بَعضٍ وبِما أنفقوا من أموالِهِم))٠ ﴿ النساء:٣٤﴾

واتە: ((پیاوان باڵادەستترن لە سەر ئافرەتان بەوەی خوای گەورە هەندێکی لە سەر هەندێکیان چاکتر داناوە وە هەروەها لە پارە و مولك و سامانیان خەرج دەکەن و دەبەخشن))·

ئیمامی غەزالی دەفەرموویت: گرنگترین مافەکانی پیاو لە سەر ژن دوو فەرمانن یەکێکیان: پاراستن و ئابڕووە· ئەویتریان داوانەکردنی ئەو شتانەی کە پێویست نین· وە خۆپاك ڕاگرتن لەو دەستکەوت و سوود و قازانجەی ئەگەر حەرام بوو·

ئابووریش تەنها زانستی بەکارهێنانی پارە وپوول نیە، بەڵکو هەموو ڕێك و پێکی و ڕێکخستن و کار دەگرێتەوە، وە چاودێری کردن بە هەموو کاروبارەکانی ناومالَن ئافرەتیش بەرپرسیارە لە بەکارهێنانی ئەوەی لە دەستییێتی لە پارەو کات لە باشترین ڕێگاکان، ئەگەر کاروبارەکانت باشتر کرد توانیت چاودێری پیاوەکەت بکەیت، وە زامنکردنی بەختەوەری بۆ خێزانەکەت·

ئافرتێك کچە کەی خۆی وەسیەت دەکات و دەڵێت: کچەم پیاوەکەت ڕامەسپێرە، بەشتێك کەلە توانایدا نەبێت· بەدەستی خۆی بەرزی کەرەوە وە ئاگات لەخەلکی لاوازو دەستکورت بێت· چونکە هەڵگرتنی بەردی گەورە سوکترە لە قورسایی قەرز·

وریابە کە منداڵان چاوگەی جێگیربوونن لە ژیانی هاوسەرگیری، دەبێت ژیانی هاوسەرگیریت بەتەواوی جێگیر وئارام بێت پێش هاتنی منداڵ وە پاش هاتنیان· هاوسەرگیریش بەبێ منداڵ واتان لێدەکات کە هاوسەرگیریەکی بەختەوەرو ئارام بن·

گرنگ ئەوەیە ئێوە پێکەوە دوو کەسن ....ئەگەر هاتوو هاوسەرگیریەکە بە هۆی نەبوونی منداڵ دارووخا ئەمەش مانای تێنەگەیشتنە بۆ مانای هاوسەرگیری· ئەگەر هاتوو هاوسەرگیریەکە ئارام بوو بەڵام پێش هاتنی منداڵ ئارام نەبوو کە واتە ئەوە ئارام بوونێکی خەیاڵیە بەختەوەری نابەخشێت·

هاوسەرگیری لە حوکم ویاسای قورئان تەنها مەبەستێك نیە بۆ پاراستنی جۆری مرۆڤایەتی· بەڵکو لە سەرووی ئەمەوەیە مەبەستێکە بۆ دڵنیا بوونی دەروون و هێمنایەتی



دڵ و جێگیر و ئارام بوونی ویژدان ٠

خودای گەورە دەفەرمووێت:((وَ مِن اياتهِ أن خَلَقَ لَكُم مِن أنفُسِكُم أزواجاً لِتَسكنوا إليها و جَعَلَ بينكُم مَوَدَةً ورحمَةَ))٠﴿الروم:٢١﴾

واتە:((لە نیشانەکانی خودای گەورە ئەوەیە هەر لە دەروونی خۆتان هاوسەرمان بۆ دورست کردوون بۆ ئەوەی ئارام و جێگیربن تیایدا وە لەنێوانتان خۆشەویستی دڵ نەرمی میهرەبانی داناوە))٠

هاوسەرگیری بریتی یە لە ئارەزوویەکی گیانی دڵسۆزانە کەوا لەگەڵ مرۆڤدا دەژیت دامەزراوت دەکات لە سەر ملکەچی خودای گەورەو میهرەبان، وە منداڵیش خشڵ و رازەوەی ژیانن، بەڵام ئەوان ژیان نینە، ژیانیش دەگونجێ بەبێ منداڵ، بەڵام قورس و گرانە بێ هاوسەرو هاوڕێ ی رێگا، وە ژنی خۆشەویستیش بۆ پیاوەکەی پێش منداڵەکەی دێت. هەروەها پیاویش منداڵی خۆی خۆش دەوێت لەو کاتەی خۆشەویستی هەیە بۆ خێزانەکەی. ئەگەر منداڵ هەستی بەو خۆشەویستیە گەرم و گوڕو ڕێزەکەوت لە نێوان باوك و دایك ئەوا لە تاقیکردنەوەیەکی خێزانی موسلمان و خۆشەویست دەژین. بەویژدان و بیر و هۆشیانەوە دەنووسێن. پیاوەکەت لە هەموو کەس زیاتر بەویژدان و بیرو هۆشتەوە دەلکێت. لە هەموو کەسیش نزیکترە بۆ دڵت، بۆیە پێویستە شوێنێکی یەکەم لە ژیانت داگیربکات هەروەها داوای ڕەزا بوونی خووای گەورە و میهرەبان. چونکە ئەو پێش هەموو کەسێکی تردێت، وە سروشتیە دوای ئەو ئەندامانی خێزانەکەت دێت، بەڵام یەکسەر دوای ئەو نایەت، وا باشترە ماوەیەك هەبێت لە نێوان ئەو و ئەوان. پەنا بۆ کەس و کارەکەت مەبە لە ڕوو بەڕوو بوو نەوەی پیاوەکەت. وە لەبەر ئەویش دەستبەرداری ئەوان مەبە، ووریابە زۆریش ووریابە لەو هەڵوێستە، چونکە پیاوەکەت ئەتۆی، هەردووکتان پێکەوە لە رووبەڕووبوونەوەی هەموو جیهانن، تەنها هەست و سۆزی ناوەوەت بەس نیە، بەڵکو دەبێت ڕۆژانە ڕەفتارت روون بکەیتەوە لە هەموو ساتێکدا شوێنی یەکەم بۆ پیاوەکەت بێت لە ژیانتدا، بەتایبەتی لە پێش

دایکی، چونکە پیاوەکەت پارچەیەکە لەجگەری دایکی، وە ئەمانەتی دایکیشیە لە دەستی ژنەکەی. بۆیە دەبێت دڵنەرم و راستگۆ بیت بەخاوەنی ئەمانەتەکە، وا دایبنێ ئەو دڵنیا بێت لە سەر ئەوەی ئەمانەتەکەی وون ناکەیت. ئینجا دەبیتە جێگای رێزو ستایش بۆ دایکی پیاوەکەت. بەم جۆرە دەتوانی دڵی دایکی و خوشك و براکانی بۆ خۆت رابکێشی.

تۆش ئەی پیاو خێزانەکەت لە تۆ نزیکە، نەکەی پارچەیەك لە خۆشەویستی خۆت بۆ دایکت یان یەکێك لە کەس و کارت ببڕێت. مەسەلەکەش بەشێك نیە، وەنمرەش نیە لە خۆشەویستی، لەبەر ئەوە خێزانەکەت لە ناکۆکی لەگەڵ دایکت یان یەکێك لە کەس و کارت دامەنێ، ماڵ و خێزانە تازەکەت سەربەخۆکە و پاڵپشتی ئەو توخمە کۆمەڵاتیە بکە، گرنگی پێ ببەخشە و پاڵپشیبە، لە هەمان کاتدا پەیوەست بەبەرەحم و بەزرەیی، تاوەکو بگەیتە خوای گەورەو میهرەبان. وە لە حەدیسێکی قودسیدا هاتووە:((الرحمُ منی، من وصلها وصلته، ومن قطعها قطعتهُ)).

ئێوە هەردووکتان یەك ژیان دەژین، پێکەوە بن، وە ئەوانی تریش لە لایەکانی دیکە، ئەوانی تریش هەموو خەڵکین، هاورێیان و برادەران و دراوسێکان و کەسانی دیکە، هەرگیز ناکرێت دوورکەوتنەوە یان جیاوازی بکرێت لە رای هەندێك کەسانی دیکە، چونکە ڕاو هەڵوێستتان یەکە، وە ئەگەر ناردزایەتیەکیش دەرکەوت پێویستە ئەوی دیکە تەنازول بکات بۆ ڕای ئەویتر. ئەمەش دەگەرێتەوە بۆ باوەر بە یەکتر کردن.

پەیوەندی هاوسەرگیری پەیوەندیەکی زۆر پیرۆزە، چرکەو خولەکانی نازانێت تەنها خودای گەورە و دلۆڤان نەبێت. ژن و مێرد هەردووکیان پێویستە پارێزگاری لە نهێنیەکانی ژیانیان بکەن، هیچ یەکێك نهێنی هاورێکەی بلاّونەکاتەوە.

ژن و مێرد دەبێ بزانن کە ژیانی هاوسەرگیری تەنها دووکەس نیە ئارەزوودەکەن لە بەدەست هێنانی بەختەوەری تایبەتیان، بۆ کەسی موسڵمان هەردەم ئامانجەکان زیادەرەوی دەکەن لە سوود وەرگرتنی ئایینەکەیان. هاوسەرگیریش جۆرێکە لەبەجێ گەیاندنی کار بۆ

بەدەست هێنانی جێنشین لەسەر زەوی. وە کارکردن لە سەر ڕەزابوونی خودای مەزن و دلۆڤان.

کۆتایی:-

بەختەوەری هاوسەرگیری چەمکێکی ڕێژەیی یە پێوانە کردن و گشتگیر کردنی ئاسان نیە، بەمانای ڕەزابوونی ژن و مێرد لە ژیانی هاوسەرگیریان بە شێوەیەکی گشتی و بە پلەیەکی بەرز.

هەڵسەنگاندنی پەیوەندی هاوسەرگیریان بەوەی بەختەوەرن یاخود وانیە بێگومان ئەمە دەبەسترێتەوە بە قۆناغێکی کاتی دیاری کراو ئەم پەیوەندیەی پێدا تێپەر دەبێت.... هەندێ پەیوەندیش لە لووتکەی بەختەوەری هاوسەرگیری دادەبێت لە ماوەیەکی دیاری کراو، پاش کاروبارو حاڵەکان دەگۆریت، لێرەدا ساتەکان زۆر بەختیارن... یان کاتژمێرەکان، یان رۆژەکان، یان هەفتەکان، یان ساڵەکان، یان هەموو تەمەنەکەی... بەڵام هەرچەندی ماوەی بەختیاری درێژ بێت ئەوا ژیانیان باشتر دەبێت.

وە بەختەوەری هاوسەرگیری دەبەسترێتەوە بەوەی کە دکتۆر/حسان المالح نیشانەی کردووە، بە سەرکەتنی پەیوەندی هاوسەرگیری لە فەرمان و ئەکەکانیان، وەك نمونەی ئەو لایەنانەی خوارەوە:-

دەستەبەری ژیانێکی هاوبەش، دڵنەوایی وخۆشەویستی، وەدەنگەوەچوونی ئارەزووەکانی دەروونی و سۆزداری و سێکسی بۆ هەردوولا. وە لە منداڵ بوون پەروەردەکردنیان، وە لە بەدەنگە چوونی دواکاریەکانی ناوماڵ و ژیاندا، وە لە بەدیهێنانی داواکاریەکان و رۆڵەکانی کۆمەڵایەتی جۆراو جۆر و شتی تریش.

بەختەوەری هاوسەرگیری کاردەکاتە سەر سەرکەوتن وەیان سەرنەکەوتنی کارو پیشەکانی پیشوو بەنیسبەت زنان یان پیاوان یان هەردووکیان، بەشێوەیەکی ڕازی کارو قەناعەت



پێهینان، وە هەندێ پەیوەندیش سەردەکەوێت لە دەسکەوتنی ژمارەیەك لە کاروبارەکانی هاوسەرگیری، بەڵام فەشەلیش دەهێنێ لە هەندێکی تر..... سەرباری ئەوەش دەڵێت پەیوەندی هاوسەرگیری بریتی یە لە پرۆژەیەکی درێژخایەن پێویستی بە خۆئامادەکردن و تیکۆشان و ماندووبوون هەیە، وە بەرپرسیاریەتی جۆراوجۆری تێدایە..... هەرچەندی ئەرك و کارەدیاری کراوەکان راپەڕێنی ئەرك و بەرپرسیاریەتی دیکە بەدیار دەکەوێت و پێویستە راپەڕێنی.

بەختەوەری هاوسەرگیری ژمارەیەك کێشەی ژیانی کاردەکاتە سەری، وەك: مندالنەبوون وەلاوازی سێکس لە لای پیاوان یان ساردی سێکسی لای ئافرەت، دەکرێت بۆ هەموو ئەمانە هاوسەگیری کەساس و شێواو دروست ببێ.

هەروەها کەسایەتیەکی کوێرەوەری، کەسایەتیەکی خۆپەرست ، کەسایەتیەکی دوژمندارانەی شپرزەیی، یان کەسایەتیەکی نەشارەزاو ناچالاك..... دەکرێت هەیبێ ئەگەر هاتوو جێ بە جێ کرا لە سەر یەکێك لە ژن و مێردەکە، ئەوکاتە ژیانی هاوسەرگیری دەگۆرێت بۆ دۆزەخ، بۆ سەرهەڵدانی کێشەکە کۆتایی نایەت.

بێزاری و وەڕسی هاوسەرگیری یان ساردیو کەمتەرخەمی هاوسەرگیری ڕۆڵێکی گەورە و سیلبی دەگێرێت لە کەساسی هاوسەرگیری.... هۆکارەکەشی جۆراوجۆرە وە هەندێك هۆکاری پەیوەستە بە کۆمەڵگا و رۆشنیریەکەی، وە پێکهاتەی هاوسەرگیریەکە وە رۆشنبیریەکەیان وەگرێ ی دەروونیان وە مێژووی بنەماڵە و خێزانیان.

لە حاڵەتەکانی بێزاری و وەڕسی کێشەکانی هاوسەرگیری زیاد دەکات، وە دژایەتی و هات و هاوار و شتە سیلبیەکان زیاد دەکات، وە دوورکەوتنەوەی هەر لایەك لەوی دیکە لە چالاکیەکانی و ئامانجەکانی رۆژانەی..... وە هەندێك پەنا دەباتە بەر خۆخەریك کردن بە ئیش و کار، یان لە هیواو ئارەزووەکان یان چالاکیە تایبەتیەکان ئامانجی خۆدەرخستنە. وە هەروەها بارە قورسەکانی خۆی سووك دەکات، وە شتێك دەداتە دەروونی خۆی لە هاوسەنگی



و دڵخۆش کردن و نوێبوونەوە· بەڵام ئەو زیاتر گوشارەکان زیاد دەکات لە سەر پەیوەندی هاوسەرگیریەکەی، وە بەشداری دەکات بە زیاد کردنی ژاراوی بوونی کەش و هەواکە· وە لەوانەیە یەکێك لە ژن و مێردەکە خۆی بگلێنێت لە پەیوەندیەکی سۆزداری سەرنەکەوتوو یان دەمامك دراوو ساختەکار یان بەپەلە و بەهەڵەشە، وە دەکرێت ئەمە زیاد بکرێت بۆ کێشەکانی پەیوەندیەکی ڕەسەنی شپرزەو شێواو، وەلەوانەیە سەربکێشێت بۆ قۆناغی نەگەڕانەوە یان جیابوونەوە·

سروشتیە ڕوودانی دەسکاری کردن یان چاکسازی یان نوێبوونەوەی تیادا بکرێت لە ماوەی قۆناغی بێزاری هاوسەرگیری، وە لەوانەیە بێزاری و ڕۆتین و سستی و خاوی پاڵنەرێکی سروشتی بێت بۆ نوێبوونەوەی ژن و مێرد لە یەکتری لە زۆر لە حاڵەتەکان·

لەو ڕێڕەودا بەختیاری هاوسەرگیری وە پەیوەندی هاوسەرگیری سەرکەوتوو کلیلەکانی بەستراوە بە ژمارەیەك لە کاروبارو خەسلەت و ڕەفتارەکانی· لەوانە: بەرپرسیاریەتی، کارلێك کردن، هاوکاری، بەشداری، گفتوگۆ کردن، وە ڕاستگۆیی، وە خۆشەویستی، وە هەست کردن بۆلایەنی دیکە، چاوتێری، گونجان لەگەڵ یەکتر، ڕێککەوتن، وە تەواوکاری، وە سادەیی، وە ڕاستیەتی·

لە کۆتاییدا لە خودای بەرز و بەتوانا داوا دەکەین کە هەمووان سەربخەی بۆ ژیانی هاوسەرگیری بەختیار و بەزەیی هاتنەوە هەڵگرێ، وە هەموو خێزانێك نیەت و مەبەستەکانی باش بێت لە کۆمەڵگایەکی ئارام، وە هەموو نیشانەکانی سەرکەوتن و سەرفرازی و ئاشتەوایی و ئارامی بە دەست بهێنێت·

خودای مەزن و دڵۆڤانیش لەدوای هەموو مەبەستێکە، وە هەموو کاروباری فەرمانەکان دەگەڕێتەوە لای ئەو، هیچ هێزو توانا و دەسەڵاتێك نیە تەنها پشت بەستن بە خودای گەورە و میهرەبانەوە نەبێت.

ش+ ر + س

ناوەرۆك